



野菜 (vegetable) を知って美味しく (Delicious) 食べよう

ベジシャス

～野菜の旬ナビゲーション～
第18号 2012.6



今月の特集は新潟県の中玉トマトとミニトマト

フランスでは「愛のりんご」、ドイツでは「天国のりんご」と呼ばれ親しまれているトマトは、日本でも野菜の中で農業産出額が1位になるなど、消費者に根強く支持されています。大きさや形も様々で、多くの品種が開発されており、中玉トマトやミニトマトもたくさん店頭に並ぶようになりました。

トマトの栄養素といえば、抗酸化機能が期待される「リコピン」が代表的ですが、近年、脂肪燃焼作用のある成分がトマトに多く含まれていることが発見され、注目を集めています。

〇産地潜入ルポ

平成24年5月23日(水)、新潟市北区の株式会社曾我農園曾我新一さん(34)の圃場に伺いました。

◆トマト嫌いなトマト農家

～自分で食べられないトマトを客観的な視点で見られるように～

トマトを食べられないトマト農家の曾我さんは、27歳で就農して7年目を迎えます。就農前は、野菜嫌いな自分が、将来、農業を職業とすべきかについて悩んでいました。農業研修で訪れたフランスで、農場主のおかみさんから「コンプレックスも個性だと考えて」とアドバイスを受け、自分で食べられないため、お客様の意見を聞くことで客観的に見られるのでは？と考えるようになり、就農を決めました。トマト栽培は祖父の代から続いており、現在は経営の中心的な栽培品目になっています。

主力商品の中玉トマトの「金筋トマト」やミニトマトの「塩フルティカ」は、毎年、売り切れが続いており、おいしいトマトを作るために、常に作物を観察し、新たな工夫を加えて栽培しています。

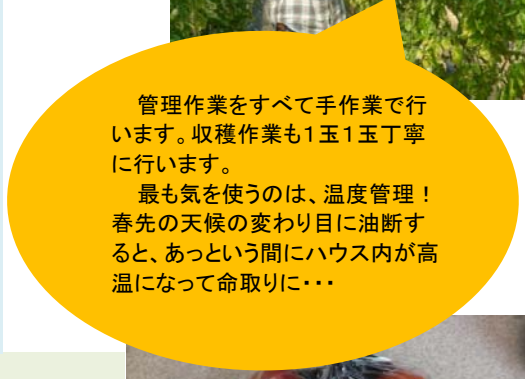


ハウス栽培に使用する灯油代は、就農したときは、47円/ℓでしたが、現在は、80円！
請求書を見るたびにドキッとします。

◆販売価格は、自分で決める ～商品販売のコツは目立つこと～

トマトの販売価格は、燃料代を基に自分で決めています。出荷先は産直市場が8割、ブログを見た八百屋さんや大手の取引先からの注文が2割を占め、市場へはほとんど出荷していません。曾我さんの商品を販売するコツは、「目立つこと」。ブログを立ち上げたり、書籍の出版等を通じて、知名度を上げることで販売先の開拓につなげています。

5月26日に開催された日本野菜ソムリエ協会主催の第10回野菜ソムリエサミットで、「食味評価部門」と「購入評価部門」で金筋トマトが大賞をダブル受賞しました。今後の活躍が期待されます。



管理作業をすべて手作業で行います。収穫作業も1玉1玉丁寧にいきます。
最も気を使うのは、温度管理！春先の天候の変わり目に油断すると、あっという間にハウス内が高温になって命取りに・・・



補光用に取り付けたLED電球。効果があったのか、今年は1段目からおいしいトマトができました。



機械を動かすと、黒マルチの下にあるホースから液肥が散布されます。



【金筋トマト】

ファースト系のトマトを、甘さと酸味、旨味のバランスを重視し、糖度を8～9度に管理して栽培しています。トマトのお尻から放射状に金色の筋が出ていることから、金筋トマトと名付けました。青と赤の中間の褐色がおいしい印の中玉トマトです。

【塩フルティカ】

塩フルティカは、土壌塩分濃度を高め、吸水を制限することで糖度を上げるミニトマト。土の配合と液肥のコントロールによって、酸味を抑えて、旨味を出します。4月後半には、塩分が抜けてしまうため、フルティカとして販売します。



出荷時期	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
金筋トマト												
塩フルティカ												
フルティカ												

※ウェブサイトにはフォトクリップも掲載しています。

http://www.alic.go.jp/y-suishin/yajukyu01_000076.html



安心を、未来へつなぐ食料自給率1%アップ運動
FOOD ACTION NIPPON

【パン・コン・トマテ&ミニトマトのハニーバルサミコマリネ】

カリッとしたフランスパンの香ばしさと
トマトの酸味、にんにくの香りが絶妙！



シンプルでおいしい！
スペインの定番料理パン・コン・トマテ！

パン・コン・トマテ(1人分)

トマト(中玉) 半分
フランスパン(スライス) 1枚
にんにく 半かけ
オリーブオイル 適量
塩 適量
パセリ 適量

- ①トマトを洗い、にんにくの皮をむく。
- ②フランスパンをカットして表面が焦げない程度にカリッとなるまで焼く。



ポイント！

フランスパンは、トマトをたくさん塗れるように面積を大きく、厚めにカットしましょう。

- ③ ②のフランスパンに、にんにくをおろし金でおろすようにこすりつけ、トマトも同様にたっぷりと染み込ませる。



- ④ お好みで、オリーブオイルをかけて、塩をふって、パセリをかけたらでき上がり。



ミニトマトのハニーバルサミコマリネ(1人分)

ミニトマト 5個
調味料
バルサミコ酢 大さじ1
はちみつ 小さじ1
塩・こしょう 適量
オリーブオイル 大さじ1

- ①ミニトマトはヘタを取って洗い、縦半分にする。



- ②調味料を合わせたものに15分程付け込んだらでき上がり。

冷蔵庫で3日ほど保存可能です。

完成



【レシピ担当】
中山 晴奈 <http://nextkitchen.net/>



ネクストキッチンとして平成18年より美術館や博物館で食を使ったフードデザインや出張料理、ワークショップ等多数行う。地域支援の現場にも携わり、福島市、富士吉田市、対馬市、五島列島等において食や農を通じたコミュニティデザインも行っている。芸術系大学や調理師専門学校講師のほか、慶應義塾大学SFC研究所所員もつとめる。

【一言レポート】

ハニーバルサミコマリネに使用するお酢は、普通の酢でも代用できますが、ブドウからできているバルサミコ酢を使用した方が、もっとおいしいです。
また、多めに作っても、3~4日程度であれば保存可能で、味も染み込みます。

〇トマト生産量の1割を占めるミニトマト

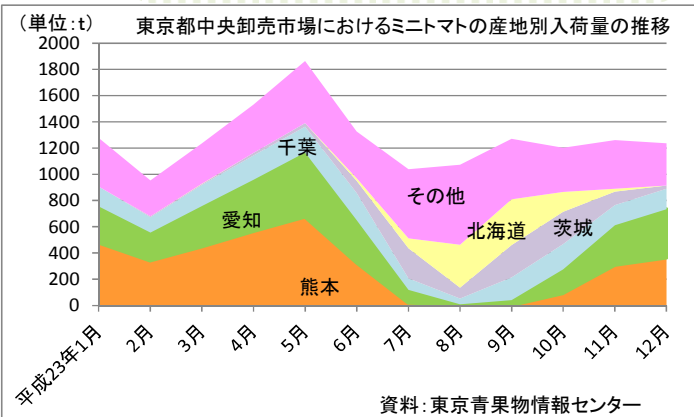
～ ミニトマトは、今が食べ時！ ～

ミニトマトは、秋から春にかけて、熊本県産、愛知県産、千葉県産が主体となって出荷されており、4月から6月にかけてピークを迎えます。夏場には、北海道産、茨城県産が出荷されます。

一口サイズで食べやすく、かわいらしい姿が人気のミニトマト！サッと洗って、手軽に利用できるお弁当の彩りの定番です。

【野菜需給・価格レポート】 <http://vegetan.alic.go.jp/>

〇次号は「レタス」の産地情報をお届けします。



【野菜に関する疑問&質問にお答えします！】

Q: 最近、フルーツトマトという名前を目にしますが、フルーツトマトは果物ですか？(東京都 Sさんからの質問)

A: トマトは、毎年苗を育てて栽培し収穫することから、野菜に分類されています。ご質問のフルーツトマトは、特別な栽培方法で甘みを引き出したトマトの呼称で、分類上は野菜になります。

ちなみに、昔、米国でトマトは野菜か果物かという裁判が行われ、野菜という判決が出たといわれています。スーパーの売り場でフルーツトマトが野菜売り場と果物売り場のどちらに並んでいるか、比べてみるのも面白いかもしれませんね！

■編集後記

金筋トマトの甘さと酸味のバランスが絶妙！旨味もしっかり乗ってました。(A)

甘味だけじゃない。トマトは旨味が大切と気付かされました。(S)

火も使わずに簡単に作れるスペインの定番料理を作って、家でスペイン旅行の気分を味わいたいです！！(K)

■取材協力

株式会社曾我農園 <http://sogafarm.main.jp/>

■当誌面におけるすべてのコンテンツは、当機構が著作権その他の一切の権利を有します。

■転載、引用する場合は右記、事務局までご連絡下さい。

■発行元：野菜需給協議会

事務局：独立行政法人農畜産業振興機構 野菜需給部需給推進課

電話：03-3583-9478

FAX:03-3583-9484



■野菜の疑問、質問、解決します！

疑問、質問を募集しております！

こちらまでご連絡下さい！

vegeciokus@alic.go.jp