



# ベジシャス第57号フォトクリップ

@岐阜県 今井さん

平成27年8月19日  
今井さんのほ場を取材させていただきました。



北アルプスに囲まれ、標高が高く冷涼な気候を生かして夏ほうれんそうが生産されています。

ハウスの中ですくすくと生育するほうれんそう



遮光シート



遮光弱

防虫ネット



遮光強

ハウスの上にかけているのは遮光シートです。収穫直前のほうれんそうは品質劣化を防ぐために、遮光シートを用いて日照量を制限するそうです。シートの色によって遮光量が異なるとのこと。また、防虫ネットも使用し、農薬の使用量を減らす取り組みもされています。

収穫されたほうれんそうは生産者によって選別、包装、箱詰めされて集荷場へ



真空予冷装置でムラなく芯まで冷やします。



保冷库で保管され出荷を待ちます。

5℃で保管



今回のレシピ「夏ほうれんそうのシーザーサラダ風」で余った夏ほうれんそう、クルトン、ゆで卵、ベーコン、ドレッシングを全てボウルに入れて・・・

豪快に混ぜます！



材料をあらかじめボウルで混ぜ合わせてからお皿に盛り付ける方法も、味のなじみが良く美味しくできておすすめです。



クルトンとゆで卵を作っておけば、朝、火を使わずに混ぜるだけで朝食ができます。

先生曰く、このシーザーサラダには『凝りどころ』がたくさんあるそうです。

例えば、

☆今回はフランスパンで作ったクルトンを、違う種類のパンで作ってみる。

☆ベーコンを厚切りにする。

☆チーズの種類を変える。また、塊のチーズを使って自分で削る。

☆ゆで卵を半熟にする。

☆ポテトチップスやナッツを加えて食感を楽しむ。

などなど、マヨネーズベースのサラダなので、失敗が少ないそうです。

アレンジも無限大ですね！



バックナンバーも協議会サイトに掲載しています。  
ぜひ、ご覧ください！

[http://www.alic.go.jp/y-suishin/yajukyu01\\_000076.html](http://www.alic.go.jp/y-suishin/yajukyu01_000076.html)

【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

**alic**  
独立行政法人 農畜産業振興機構