



ベジシャス第 19号フォトクリップ

@長野県 レタス生産者 伊藤貴賢さん

平成 24 年 6 月 29 日 (金)

伊藤貴賢さん (写真 中央)

JA 長野八ヶ岳 農業部 野菜課 由井課長 (写真 左)

JA 長野八ヶ岳 川上支所 販売指導課 宮澤課長 (写真 右)



山間に広がる 1 面のレタス畑！
順次、定植作業を行っており、白いマルチ
がピシッと敷き詰められています。



伊藤さんのお母さんの収穫風景！
手際よく次々と収穫していきます。
その技はまさに職人！



取材当日の川上村の朝の気温はわずか 8℃。
軽装で来たので寒さに震えます。
それでも、笑顔でレタスの切り口を確認！
根性で乗り切ります。



卵溶きのお手伝い！
 泡立たないように器の底に箸をつけて平たくかき混ぜます。
 泡立たないようにするのは難しい！



レタスの水分が多いと水っぽくなるので、予め、キッチンペーパーで拭き取りましょう。
 今回は、脱水機を使ってみました。クルクル回ってレタスの葉から水分が飛んでいきます。とっても楽しかった。



お茶碗で型をとって



お皿にあけます。



マヨネーズをかけて、レタス、レモンを添えて、出来上がり！



みんなで試食。レタスのシャキシャキ感に加え、ごま油の香りがたまりません。

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

