



ベジシャス第45号フォトクリップ

@岩手県二戸郡一戸町 坂本さん

平成26年8月21日(木)

J A 新いわて 奥中山営農経済センターにて

スイートコーンの予冷库を見学させていただきました



スイートコーンは収穫された後、生産者の手で箱詰めされ、J Aで鮮度を保持するため真空予冷を行った後に予冷库に運び込まれます。出荷先は東北圏内が多いですが、東京出荷の場合は収穫翌日の朝に市場に並びます。



奥中山営農経済センター管内で生産されているスイートコーンの品種について



奥中山営農経済センター管内で生産しているスイートコーンの品種は、坂本さんが栽培している「味来」(写真右)の他に、「恵ゴールド」(左)があります。

糖度は両方とも17~18度ですが、恵ゴールドよりも味来の方がコーンの皮が薄いので、食感が異なります。写真のスイートコーンは両方とも2L規格のものですが、味来の方が若干細身です。

今回のレシピ（炊き込みごはん）の他に、スイートコーンのかき揚げを作りました

材料（1人分）
スイートコーン 1/2 本
小麦粉 50g
マヨネーズ 大さじ 1
水 70ml
揚げ油 適量
塩 適量

① スイートコーンは包丁でそぐようにして実を外します。



② ボウルにマヨネーズと水を入れて混ぜ、さらに小麦粉を加えて衣を作り、①を入れて混ぜます。



③ 油を中火にかけ、衣を少し落とし、鍋底まで落ちてすぐによがってくる位まで熱します。②をスプーンですくって油に落とし、表面がカリッとするまでじっくりと揚げたら、しっかり油を切ります。



完成

揚げたてに塩を振って、いただきます！



スイートコーンのひげも、かき揚げにしました！ひげの黒い部分は取り除いて、コーンや衣と混ぜ、同じように揚げます。衣にハーブを入れても美味しいです♪

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

【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