



小松菜は夏は30日、冬は90日で収穫を迎える



1月～3月はハウス栽培が中心。南三陸町内に水源がある伏流水を使用している

手際よく収穫していく星さん。「小松菜は収穫しながら、中心部分を残して余分な葉をカットしていきます」



一面に広がる小松菜畑。「南三陸は元気なんだぞ!」ってアピールしたいですね」と星農場の星達哉さん



COCON TOHOKU

「古今東北」は、東日本大震災からの復興と、東北復興への思いを込めて、時を超えた東北のおいしさを届けるブランドです。伝統的な食文化の再発見と出会いを重ね、新たな食の楽しみをご提案します。

古今東北商品の作り手を訪ねて 宮城県南三陸 星農場産 しゃきつと小松菜

今回紹介するのは「宮城県南三陸 星農場産しゃきつと小松菜」。地元 樹皮堆肥や南三陸杉の樹皮堆肥、稲のもみ殻を混ぜた土です。育った小松菜は、茎が太く、葉は大きく、ミネラルたっぷりです。

こだわりぬいた土づくり

牡蠣の養殖が盛んな南三陸。星達哉さんを中心に小松菜を栽培している星農場では、土づくりに牡蠣殻を使っています。「牡蠣殻はミネラルなどの栄養が豊富。でも、手間はかかりますね。まずは3年かけて雨ざらしにして塩分を抜きます。それから、牡蠣殻はそのままだと水に溶けにくいので、加熱します。その後、土が栄養を吸収しやすいように細かく機械で粉碎します」と星さん。「農業で一番大切な土づくりに、地元である三陸の素材を使いたい」と思い



1南三陸杉の樹皮堆肥。土に空気層をつくってくれる
2さらさらした牡蠣殻はミネラルを多く含んだ海の恵み
3稲のもみ殻。こちらも土の気層づくりに活躍

け、農業を通じた復興を目標に掲げた星さんは、地元の人々と全国からのボランティアの協力を得て、再度農業をする環境を整えました。塩害のあった土地を再び使えるようにするために、2年半かかったと星さんは言います。「小松菜栽培にしたのは、1年を通じて安定した収穫ができるからです。雇用環境を整えて、応援してくれた方々への恩返しがあった」。スタート時に30棟だったハウスは、今や60棟。露地栽培の畑は10カ所以上のぼりです。案内していただいた畑には、翌日に収穫を控えた小松菜が一面に広がっていました。「10人くらいで、手作業で収穫します。今後はもっと土づくりを進めて、徐々に畑の面積を広げていきたいと思っています」

夏はあっさり、冬は甘い

小松菜は品種がとて多く、その数は数百にのぼるとのこと。「これから冬にかけての時期は、ちぢみほうれん草寄りの小松菜ですね。『しゃ

きつと小松菜』としては、時期によって3〜4種類を出荷しています。夏はあっさり、冬は甘さが増す、そのときどきの小松菜を楽しんでもらいたいです」と星さん。おひたしやみそ汁のほか、星さんのオススメの食べ方は、ナムル。ごま油の良い香りと一緒に、しゃきしゃきとした歯ごたえを楽しめる一品です。試してみたいかがでしょうか。

菊の花から小松菜へ

「震災前は、菊の花や菜の花をハウス栽培していました」。震災を受



「宮城県南三陸 星農場産 しゃきつと小松菜」
【本体価格】128円+税

**気仙沼 海の市に
古今東北のショップがOPENしました!**
皆様のお越しを心よりお待ちしております。

**気仙沼 海の市/
阿部長商店 店舗内**

〒988-0037
宮城県気仙沼市魚市場前7-13
TEL: 0226-24-7030
営業時間8:00～17:00

いつでも!どこでも!古今東北商品が楽天市場で購入できます!

楽天市場「古今東北」Webサイト <http://www.rakuten.ne.jp/gold/cocontouhoku/>

【送料無料】の商品セット企画・ギフトもご用意しております。

こちらからチェック!



「宮城県南三陸 星農場産 しゃきつと小松菜」はみやぎ生協各店舗と共同購入(宮城県内)での購入が可能です。 ※一部店舗で取り扱いのない場合もございます。

お問い合わせ / 株式会社 東北協同事業開発 TEL.022-347-3821