

今日なにつくる？ かごしま産de 春レシピ *cooking*

切って焼くだけ！の北欧料理♪

子どもと
いっしょに！
ジャガイモに
切れ目を入れて
みよう♪



鹿児島県産 新ばれいしょde ハッセルバックポテト

【材料2~3人分】

- 鹿児島県産新ばれいしょ……………3個
- バター……………10g ●塩、粗びき黒こしょう…適量

【作り方】

- 1 オープンは200℃に予熱する。
- 2 ジャガイモは皮つきのまま、下から5mmを残して3mmの切り目を入れ、耐熱容器にのせて塩、こしょう各少々をふる。
- 3 バター10gを室温に置いてやわらかくしておき、半分を小さくちぎって散らし、オーブンで約20分焼く。
- 4 オープンから取り出し、残りのバターをはけなどでぬる。オーブンの温度を180℃に下げて、さらに約20分焼いたらできあがり♪



まあるい実えんどうがちょこんと見える♪

子どもと
いっしょに！
ハンバーグの
タネを作ろう♪

鹿児島県産 実えんどうde ハンバーグ

【材料2~3人分】

- 牛豚合挽き肉……………200g
- 鹿児島県産実えんどう……………50g
- 焼き麩……………15~20g
- 牛乳……………大さじ3~4程度
- サラダ油……………適量

- ★ 玉ねぎのみじん切り……………50g
- 卵……………1個
- ★ マヨネーズ……………小さじ1
- 塩……………小さじ1/3
- こしょう……………少々
- ▲ ケチャップ……………大さじ2
- ウスターソース……………大さじ2

【作り方】

- 1 麩を細かく碎き、牛乳を入れて湿らせる。
- 2 ボウルにひき肉と★を入れて、粘りが出るまで混ぜ合わせ、実えんどうを加え、さっくり混ぜる。
- 3 フライパンに油をひき、小判型に成型した2を並べる。
- 4 香ばしい焼き色がついたら、裏返し、フタをし弱火で6~7分蒸し焼きにし、皿に盛る。
- 5 3のフライパンに▲をいれ、少しロミが出るまで火を通し、ハンバーグにかけたらできあがり♪



お塩とレモンでさっぱりめしあがれ♪

子どもと
いっしょに！
そら豆の皮を
むいてみよう♪



鹿児島県産そら豆de えびのかき揚げ

【材料2~3人分】

- 鹿児島県産そら豆（さやつき）……………10本（正味90~100g）
- 溶き卵……………1/2個分
- むきえび……………9~10尾（約100g）
- 小麦粉……………1/2カップ
- 小麦粉、塩……………適量

【下ごしらえ】

- 1 そら豆はさやから出し、黒い部分の反対側に、包丁で縦に1本浅い切り目を入れる。熱湯で2分ほどゆで、ざるに上げてゆで汁をきり、粗熱が取れたら切れ目から皮をむく。
- 2 計量カップに溶き卵を入れ、冷水を加えて1/2カップにする。小さめのボールにころも用の小麦粉を万能こし器を通してふるい入れ、卵液を加えて、菜箸で粉っぽさが残る程度にさっくりと混ぜる。

【作り方】

- 1 小さめのボールにそら豆、むきえびを1/2量ずつ入れ、小麦粉を薄くまぶす。ころもの1/2量を加え、全体にからめるようにさっと混ぜる。
- 2 揚げ油を中温（170~180℃。ころもを数滴落とすと、鍋底近くまで沈んで、すぐに浮いてくる程度）に熱し、1を油の表面近くからそっと落とし入れる（残りが同様）。からりとするまで2分ほど揚げ、油をきる。器に盛ってレモンを絞りかけ、お塩につけたらめしあがれ♪

情熱 たわわ 物語

鹿児島の農業の未来をつくる 鹿児島県立 農業大学校

将来は農業に携わりたい。

そう志す若者が一歩を踏み出すとき、
どのような学びの選択肢に出会えるのでしょうか。
「自立」「実践」「協調」を通して、
農に向き合う心や実践的な技術を育む
鹿児島農業大学校をご紹介します。



お話を
うかがって
きました

【野菜科】
うせいむら みつあき
上村 光秋 教授

Q.農業大学校で学べることは？

農業大学校は短期間で農業生産の技術や経営に特化した学びが得られることが最大の特徴で、2年間・2,520時間以上の履修時間のうち、その半分（=1年間約600時間）が実習に充てられています。

Q.ご実家が農家の生徒さんが多い？

いえいえ、むしろ「非農家」からの入学が多いです。年齢制限もなく社会人経験者も在籍し入学動機も様々。最近では前職が学校の先生という方もいらっしゃいましたよ。

Q.生徒さんの一日の過ごし方は？

私が担当している野菜科の例では、春野菜の収穫が慌ただしくなる農繁期のこの時期、一番早い生徒は朝7時前からイチゴの手摘み、品質ごとの選別・包装・出荷までを行なっています。畜産学部では子牛の生産に立ち会う時には朝4時に起床することもあります。

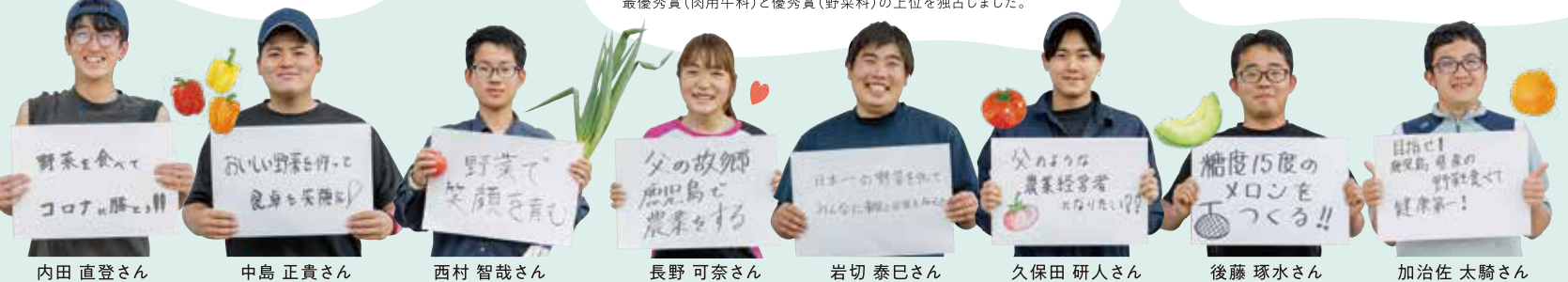
Q.未来の農業を見据えた教育も？

「GAP認証」や「スマート農業」のカリキュラムがあり、学外から聴講生も来られるほどです。また当校の大きな柱となる「プロジェクト学習」では、学生自らが課題を立て解決方法を見出し成果発表までを行っているなか、昨年は野菜のかん水を、その日の日射量に応じて水量を自動的に変えられる装置を開発した生徒たちが優秀賞を受賞しました。※

※ 全国農業大学校プロジェクト・意見発表会（農成部門）（令和2年2月開催）では、最優秀賞（肉用牛科）と優秀賞（野菜科）の上位を独占しました。

Q.生徒さんへ「未来のエール」を

これからの農業はスマート化やバイオテクノロジーなど、その裾野は広く深く、私たちが教えられることは微々たることもかもしれません。皆には仲間と共に学んだ絆を大切に、「作物を育てる喜び」と「農業に携わる責任」を糧に、知識だけでなく失敗も肥やしにし、明るい未来を切り拓いて行って欲しいと思います。



内田 直登さん

中島 正貴さん

西村 智哉さん

長野 可奈さん

岩切 泰巳さん

久保田 研人さん

後藤 琢水さん

加治佐 太騎さん

〈キリトリ〉

たわわタウン谷山 ありがとう6周年 プレゼントキャンペーン

おもい&cafe賞

黒酢ギフト

3,000円相当分
(5名様)

さつま路賞

お茶ギフト

3,000円相当分 (5名様)

JA-SS JA-SS賞

ガソリン給油券

20ℓ分 (5名様)

結び屋賞

本格おこわ米セット

3,000円相当分 (5名様)

農家レストランたわわ賞

農家レストランたわわお食事券

3,000円分 (5組・10名様)

※華蓮グループ共通お食事券になります。

おいどん市場賞

旬のお野菜詰め合わせ

3,000円相当分 (5名様)

※お野菜の種類は選べません。

ACOOP Aコープ賞

農協共通商品券

3,000円分 (10名様)

たわわ賞

鹿児島黒牛・鹿児島黒豚

選べるギフトカード

10,000円分 (5名様)

農家レストランたわわ賞

農家レストランたわわお食事券

3,000円分 (5組・10名様)

※華蓮グループ共通お食事券になります。

【キャンペーン応募期間】

令和3年 3月18日(木)~21日(日)

【応募方法】

たわわタウン谷山発行の広報紙『たわわのわ(2021年春号)』に掲載されている専用応募用紙に必要事項をご記入の上、たわわタウン谷山内に2カ所※1設置されている専用応募箱に投函してください。

〈※1 応募箱設置場所〉たわわタウン谷山総合案内(おいどん市場谷山館内)・Aコープ谷山店内総合案内
広報紙「たわわのわ」は、たわわタウン谷山総合案内でも無料配布しております。(数に限りがあります。あらかじめご了承ください。)

【当選発表】

ご当選者の発表は厳正なる抽選の上、賞品の発送をもってかえさせていただきます。(抽選:3月下旬)
※発送元:鹿児島県経済企画開発課

【お問い合わせ】たわわタウン谷山総合案内
TEL.099-202-0309 (9時~17時)

ご氏名

ご住所 〒

電話番号 () -

必要事項をご記入の上、たわわタウン谷山内に設置されている専用応募箱にご投函ください。

〈応募箱設置場所〉
たわわタウン谷山総合案内(おいどん市場谷山館内)・
Aコープ谷山店内総合案内
※こちらの応募用紙をキリトリ線で切り取ってご活用ください。