

東京ウド シャキシャキ感が良いアクセント!

野戸東京 菜

東京ウドのチーズ春巻き
ちびっこも大好き! 東京ウドの食感とチーズがおいしい一品!!

●作り方

①東京ウドの皮をむき、長さ5cm、1.5cm角くらいの棒状に切る。酢水(水でも良い)に数分さらしてアスクを抜き、水気を取る。ステックチーズ、かにまほごも同様の棒状に切る。

②春巻きの皮と大葉で①の材料を巻き、巻き終わるに水溶きの小麦粉でのり付けする。

③通常の油でぎゅうね色になるまで揚げる。強火で揚げるごとに中のチーズが出てくることがあるので、中火(約160℃)でじっくり揚げるのがコツ。

④好みでからししょう油をつけて、いただきます!

●材料(4人分)

- 東京ウド/1/2本
- ステックチーズ/8本
- かにまほご/8本
- 春巻きの皮/8枚
- 大葉/8枚
- 油/適量
- 小麦粉/少々
- からし・しょう油/少々

拝島ネギ 甘くやわらかな食感がクセになる!

野戸東京 菜

拝島ネギのベーコン巻き
おつまみにもお弁当にも! 拝島ネギのうまみがギュッとつまつた!!

●作り方

①拝島ネギの白い部分を、5cmくらいに切る。

②切った拝島ネギをフライパンで焦げ目がつく程度に焼き、軽く塩・こしょうをする。拝島ネギは充分に焼いて甘味を出す。

③スライスベーコンは半分に切り、ベーコンで②の焼き拝島ネギを巻き、巻き終わるに棒状でとめる。

④③をフライパンに戻し、両面をこんがり焼いてできあがり!

●材料(4人分)

- 拝島ネギ/4本位
- スライスベーコン/8枚
- 塩・こしょう/少々

POINT!
七味や粉チーズをふって味変してもGOOD!

① ② ③ ④

JA東京みどり 30th Anniversary

抽選日
12月下旬

1,000円購入毎につき
抽選会応募券1枚配付

**30周年記念
5地区直売所
合同大抽選会**
2022.11.14~2022.12.14

豪華景品 多数 プレゼント!!

アンケートプレゼント!

10名様に
プレゼント!

※写真はイメージです。

みのーれ立川・みどりっ子各店より
地場産野菜の詰め合わせプレゼント!
JA東京みどり「省内で生産されている『東京ド』
または、『拝島ネギ』を食べたことがありますか?
1.食べたことがある
2.食べたことがない
3.今食べたいみたい
◎本誌をご覧いただいたご意見・ご感想・ご要望を
お聞かせください。

JA東京みどり

みかん狩り体験付
定期積金

募集期間: 令和4年9月1日～10月31日

楽しく美味しく! しっかり貯めよう!

●応募方法
はがきに、①②③の回答、④氏名、⑤年齢、⑥性別、⑦職業、⑧往復手紙用封筒をお書きいただき、下記の宛先までご応募ください。
アグリープロモーション商品組合よりの連絡は別途にてお受けください。

●応募締切と発表
令和4年11月30日(水)必着
当選者の発表は賞品の発送をもって代させていただきます。
●賞品
〒196-0021 東京都昭島市武蔵野2-6-12
JA東京みどり 本店 地域振興部指導課「アンケートプレゼント」係

Clover

「太陽、大地、生命、環境、実り」
JA東京みどりは、五つ葉のクローバーを咲かせます。

No.13
JA TOKYO MIDORI
2022 Autumn

今号の果物
みかん

お待たせいたしました!
「クローバー」第13号。

地域と ともに歩む、 JA東京みどり。

頭に五つ葉のクローバーを付けた「みどりの妖精」です。
五つ葉のクローバーは「赤:太陽、茶:大地、
青:生命、緑:環境、黄:実り」を意味します。

f JA東京みどり公式
facebook
<https://www.facebook.com/JAtokyomidori/>

JA東京みどりでは、地域の皆様に「農業」や「JAの取り組み」等を知りたい方へ、本誌を年2回(4月・10月)発行させていただきます。

JA東京みどり
東京みどり農業協同組合 本店 地域振興部指導課
発行・企画編集
〒196-0021 東京都昭島市武蔵野2-6-12
TEL: 042-542-3684 <https://ja-tokyomidori.or.jp>

JA東京みどり



JJA 東京みどり管内で
生産されている

江戸東京野菜とは、種苗の大半が
自家採取または近隣の種苗商により
確保されていた江戸から昭和中期までの野菜、
いわゆる固有種です。それぞれに物語があり、味や形など個性豊かで
魅力あふれる江戸東京野菜は、東京の伝統野菜として
注目を集め、JA東京中央会により認定されています。



東京ウド

TOKYO UDO
12月下旬～4月下旬

東京ウドは、地下室(ムロ)で栽培される軟白ウドとして知られ、2月から4月に出荷されるウドはシャキシャキとした食感と香りから春を告げる野菜と言われています。

生産地区
立川



江戸東京野菜は、ファーマーズセンター みのーれ立川や各地区直売所で旬の時期に販売しております。

国立地区農産物直売所



〒196-0003 国立市富士台1-12-9
📞 042-505-7037
月～金曜日／14:00～17:00
土・日曜日／祝日／休業
JR南武線由木駅から徒歩3分

みどりっ子 昭島店 (昭島地区農産物直売所)



〒196-0034 昭島市玉川町5-16-17
📞 042-488-8989
月～金曜日／9:30～15:00
土・日曜日／祝日／休業
JR青梅線由木駅から徒歩10分

ファーマーズセンター みのーれ立川



〒196-0034 立川市砂川町2-1-5
📞 042-538-7227
平日／10:00～17:00
年中無休(12/31～1/4除く)
砂川五差路バス停から徒歩2分

みのーれ立川 幸町店



〒190-0002 立川市幸町1-14-1
📞 042-535-3711
平日／9:30～16:00
年中無休(12/31～1/4除く)
多摩都市モノレール景葉駅から徒歩5分

拝島ネギ

HAIJIMA NEGI
11月中旬～2月初旬

拝島ネギは、白い根の部分が太めで青い葉の部分がやわらかい特性のため栽培が難しい品種です。生では辛味が強く、熱を加えることで甘味が増すため、鍋料理などに最適です。

生産地区
拝島



JA東京みどり
オリジナル加工品

- みどりっ子 昭島店
- ファーマーズセンター みのーれ立川
- みのーれ立川 幸町店

好評
販売中!
キュウリについて食べたくなり、ご飯と一緒に食べるのがお勧め!! 和え物や炒め物にも相性抜群!!

拝島ねぎみそ

キュウリについて食べたくなり、ご飯と一緒に食べるのがお勧め!! 和え物や炒め物にも相性抜群!!

滝野川大長ニンジン

TAKINOGAWAONAGA NINJIN
11月中旬～12月下旬

滝野川大長ニンジンは、他のニンジンに比べて収穫時期が遅く、淡紅色で皮が強くて肉質がしまっており、根が1mにも及ぶ長い根が特徴です。甘い食味で煮物に最適です。

生産地区
立川・武蔵村山



拝島ねぎ
保存会

拝島ネギは栽培が難しく育てやすい新品种が出来ました。生産者が徐々に減少して、一時期は3名になりました。平成19年から昭島市と生産者が拝島ネギの復活を目指す活動が始まり、平成27年に拝島ねぎ保存会が組織され、現在は9名の会員が拝島ネギの栽培技術の向上に励み、保存・普及に努めています。

会長 井上 茂夫さん



タケノコ(孟宗竹)

TAKENOKO (MOSHOKU)
3月中旬～4月下旬

孟宗竹は、国内産タケノコの代表種です。孟宗竹の特徴は10～15cm程で太く、食感はやわらかくて旨味がよく、煮物や焼き物、炒め物、竹の子の酢などさまざまな調理に使えます。



金町ユカブ

KANAMACHI KOKABU
10月中旬～3月中旬

金町ユカブは、春には花芽が咲くといい性質をもつていて、春の花芽がしゃい特性があります。冬の葉にはあると甘味が少し、煮崩れにくくして、炒め物や煮物に向いています。



取扱 レポート

JA東京中央会
都市農業支援部 東京農業推進室
水口 均さん

JA東京中央会では江戸東京野菜生産流通拡大に向けて、都内のJAや生産者と連携して計画的な生産や品質向上のサポート、産地化推進、飲食業者とのマッチング、江戸東京野菜開催イベントへの協力など江戸東京野菜地化推進事業に取り組んでいます。江戸東京野菜は旬の時期にJAの直売所にも出荷されていますので、是非東京の伝統野菜を味わってみてください。

