



千葉県の生産者が育てた自慢の野菜を紹介!

今が旬

秋はやっぱり

幸せ感じる

甘~い サツマイモ



食べて未来へつなごう

千葉県のサツマイモの産出額 全国2位 (令和3年度)

待ちに待ったサツマイモの季節がやってきました。ホクホクとした甘さ、しっとりとしたスイーツのような舌触りなど品種によってさまざまな食感や味を楽しむことができます。今回は、サツマイモの「甘さ」を追求した生産者の紹介と、品種ごとの特徴やそれに合ったレシピを紹介します。



協力：(農)多古町旬の味産直センター 詳しくはこちらから▶



●甘いサツマイモを食べて幸せを感じてほしい

千葉県は関東ローム層と呼ばれる火山灰土壌で、水はけが良くサツマイモの栽培に適しています。今回は、父親の代から長年サツマイモの栽培を始め、今では広大な畑で二つの品種(シルクスイートとあまゆう*)のサツマイモを育てている、多古町旬の味産直センターの生産者、高橋 秀明さんを訪ね、お話を伺いました。

「今はちょうどシルクスイートの収穫が最盛期。この後、一定の温度(13~15度)と湿度を保った専用の貯蔵庫に入れ、30日以上熟成させます。このもう一手間にこだわることで、サツマイモのでんぷんが糖分に変わり蓄積されてぐんぐんと甘くなり、おいしくなるんです。『とっても甘くておいしかった』など組合員さんの声が聞けるとうれしくて、もっともっとおいしいサツマイモを作ろうとやる気が出ます。寒くなるこれからの季節、甘くて温かいサツマイモを食べて幸せを感じてほしいです」と笑顔で話してくれました。



生産者 高橋 秀明さん

*「あまゆう」は多古町旬の味産直センターから出荷される「べにはるか」のブランド名。

農家が伝授! おすすめ レシピ



それぞれのサツマイモの食感や特徴を楽しんでください!

佐原農産物供給センターの生産者 朝日 静枝さん

協力：(農)佐原農産物供給センター 詳しくはこちらから▶



ベニアズマ

特徴：ホクホク感を味わえる

炒めて作る大学イモ

[作り方]

- ① サツマイモ300gを皮付きのまま薄めの乱切りにし、水にさらしキッチンペーパーで水分を取る。
② フライパンに①と油大さじ1、砂糖大さじ2を入れ、全体になじませ、なるべく重ならないように広げ火をつける。
③ グツグツしてきたらふたをして中火にし、時々裏返しながらかき、サツマイモがやわらかくなったら、仕上げに鍋肌からしょう油小さじ1/2を回し入れ全体にからめ、器に盛ってごまを適量ふって出来上がり!



シルクスイート

特徴：なめらかな舌触りを味わえる

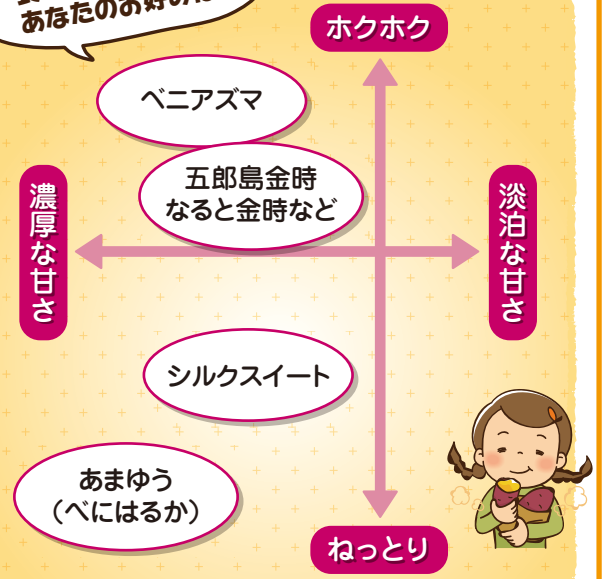
サツマイモプリン

[作り方]

- ① サツマイモ300gの皮をむき適当な大きさに切り、水にさらしてからサルに上げ水気を切って500Wの電子レンジで7~8分加熱しておく(粗熱がとれるまで少しさます)。
② 牛乳400cc、砂糖70g、卵2個、バニラエッセンス少々と①をすべてミキサーに入れよく混ぜる。
③ ②を耐熱容器入れ、お湯をはったオーブン170℃で約30分焼く。



食感と甘さを比較 あなたのお好みは?



保存方法 サツマイモは袋から取り出して新聞紙などで包み、なるべく寒くないところで保管。理想は15度くらい。劣化が進むので1週間~10日以内に食べましょう。

Webモニターさんに聞きました おすすめ レシピ

輪切りのサツマイモに粒タイプの和風だしの素ととろけるチーズをかけて、電子レンジでチンして食べるのが好き!

夫の実家のカレーはジャガイモではなくて、サツマイモ。合うのかな~と最初は思ったけど、ルーの辛さとサツマイモの甘みが相性がばっちりでした!

ハピ・デリ! 取り扱い週

- さつまいも(シルクスイート) 11月3回~12月3回
●さつまいも(ベニアズマ) 11月4回~12月1回
●多古町旬の味産直センターのあまゆう(べにはるか) 1月1回~2月3回まで ※生産量によっては変更になる場合があります。

「ちばベジレポート」バックナンバーはこちらから▶

