

「道の駅むなかた」



お得な情報は  
ここからゲット!

読者プレゼントあり!

無料

ご自由にお取りください

TAKE FREE

2019

夏号

6・7・8月

Vol.27



特集

旬の達人の技を紹介

トウモロコシ

甘みたっぷり  
美味しいよ!

果物のようにジューシーな  
もぎたてのトウモロコシ



## 太陽の光を浴びて すくすくと元気に育った 甘く瑞々しい初夏の味

**照**

りつける太陽の下、汗がしたたるほどの熱気がこもるビニールハウス。その中で元気に育つのは約8000本のトウモロコシ。2月の種まきから始まり、5月下旬からようやく収穫が始まりました。「今年は気温が高い日が多いので、暑さを好むトウモロコシにとっては好条件なんです」と語るのは松尾光浩さん。トウモロコシやミニトマト、ブロッコリー、イチジクなどを栽培しています。

リレー収穫ができるように、2つの方法でトウモロコシを栽培しているそう。さらに松尾さんは気温が安定しているハウス栽培の環境を生かし、\*ゴールドラッシュシリーズの「早生」という品種を栽培しています。これは一般的なトウモロコシに比べて色が淡く、平均18〜20度という高い糖度とジューシーな果汁が特徴。まるでフルーツのような味と食感で、とれたてのものは生でも食べられるのだとか。ただし皮が薄く日持ちしないので、収穫のタイミングがとて難しいことが難点。松尾さんは店頭に並んで皆さんに手にとってもらう時間を逆算しながら収穫しているそうです。

路地栽培では生育日数が遅い「晩生」と、早生と晩生の中間の「中生」という品種を育てています。「晩生」は生育日数が早い「早生」に比べると粒がしっかりとして食べ応えがあり、味が濃くトウモロコシ本来の旨みを味わうことができます。「今年の晩生は日照条件が良かったようで、枝が太く育ってくれました。実も通年より大きくなるのではないかと、今から収穫が楽しみです」と松尾さん。

粒の色が薄く甘みたっぷりの「早生」、食感と味のバランスが良い「中生」、鮮やかな黄色で味が濃い「晩生」。それぞれを食べ比べてみてはいかがでしょうか。

トウモロコシが収穫されるまで

ここまで伸びるよ!



路地栽培のトウモロコシ。5月下旬の取材時には大人の腰ほどの背丈でしたが、6月上旬には170〜180cmまで成長します。

害虫が天敵!



雄花の部分には「アワノメイガ」という蛾の幼虫が寄生することも。薬を散布するなど、害虫対策も欠かせません。

手間がかかる作業です



害虫の寄生を防ぐため、受粉を終えた雄花を1枝1枝切り落とす「摘心」という作業を行う松尾さん。

丸々と太ってきました



松尾さんが栽培するトウモロコシは、甘みが多い「スイートコーン」。

収穫!!



糖度が高く果汁をたっぷり含んだ「早生」トウモロコシ。トウモロコシの収穫は朝。夜の冷え込みによって糖度が高くなるので、日の出とともに行うそう。

達人 推薦人

毎年、出荷を心待ちにしている人も多いトウモロコシ。熱湯で湯がいて食べる方も多いかもしれませんが、おすすめの調理方法は「レンチン」。皮なしのものはラップで包み、電子レンジで5分ほど加熱すれば旨みを逃がさず味わうことができますよ。



農産・加工・工芸課 主任  
吉田 直也

今年も沢山のトウモロコシを用意してお待ちしております

トウモロコシは加熱してそのまま食べるのがオススメ!

家族で代々農業を営む松尾家。おじいさんの代にはお米を作っていたそうですが、お父さんの代になってミニトマトの栽培がメインに。光浩さんの代になり、ミニトマトの裏作としてトウモロコシの栽培を始めました。

\*ゴールドラッシュシリーズ…「スイートコーン」の品種で、粒の色が全て黄色く粒皮が柔らかいことが特徴





1. 奥さん一家は親子代々でタコ漁を受け継いでいますが、現在はお父さんが引退し、1人で漁に出ているそう。
2. 地島の若手漁師として活躍する奥さん。夏はアワビやサザエ、春はワカメなど年間を通して様々な漁に出ます。
3. 伝統的な陶器製のタコ壺。牡蠣の殻などが付着しているとマダコの入りが悪いので、毎日の洗浄が欠かせません。



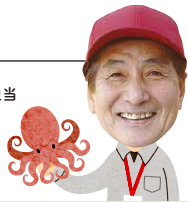
1つの漁場に80~90のタコ壺を仕掛け、1~2日置いてから引き上げに行くそうです。

## 伝統的なタコ壺を使って 釣り上げる肉厚のマダコ

### 達人 推薦人

疲労回復に効果的な「タウリン」という栄養成分を多く含むタコは、夏バテ防止に最適な食材です。美味しく食べるには茹で時間がポイント。長く茹ですぎると身が固くなるので、注意してくださいね。

水産・水産加工品課 担当  
岩崎 正弘  
趣味は釣り。魚介のことならおまかせください



**周** 圏約9.3km、人口約1500人の小さな島・地島でタコ漁を行う奥佳寛さん。島南部の泊港には、漁に使うタコ壺がズラリと並んでいます。「明石ダコ」で有名な明石海峡のように、潮流がぶつかる地島周辺でも肉厚なマダコがとれます。ただ最近では温暖化などの環境変化の影響か、年々マダコの漁獲量が減っているそう。それに伴い地島でタコ漁を行う漁師の数も減り、今は奥さん一人だけになりました。それでも代々続くタコ漁を絶やさぬよう、奥さんはタコ壺を仕掛けに早朝から海へと船を出します。

タコ漁にはカゴを使う漁法もありますが、奥さんは陶器製のタコ壺を使った伝統的な漁を続けています。「一杯ずつ入るタコ壺と違い、カゴを使うとやたらにタコが獲れてしまい、ますますタコが減ってしまう恐れがあります。安定してタコ漁を続けられるように、タコ壺を使っているんですよ。」と奥さんがその理由を教えてくださいました。

新鮮なマダコは刺身や煮物、唐揚げなどどんな料理にも大活躍。下処理や茹で方が分からない方は、「道の駅むなかた」のスタッフまで尋ねてみてください。



## 漁師のお母さんが作る 旨みたっぷりの干物は ご飯のお供に最適！



1. 入江さんは地元でとれた魚介の加工品を製造する漁村女性グループ「岬のねーちゃん」の代表も務めています。
2. 干物は虫や大気汚染物質がつかないように、室内で干すようにしているそう。
3. 自宅に新設した作業場で、息子さんやお嫁さんと一緒に干物を製造する入江さん。

### 逸品 推薦人

水産・水産加工品 主任  
藤井 武  
元気いっぱい  
宗像の魚を  
オススメしています

料理上手の入江さんは鐘崎の伝統料理を今に伝える貴重な存在。そんな「鐘崎のお母さん」が作る干物は愛情たっぷり。「金比羅丸」の黄色いシールを自印に。



### 素材新鮮！ 逸品 塩干もん

**鐘** 崎漁港のほど近く、民家が建ち並ぶ集落の一角で干物作りに励むのは入江紀子さん。イカの一夜干しをはじめ、アジやイワシのみりん干しを製造しています。入江さんがこの日作っていたのはイワシのみりん干し。干し網に並べたイワシに、甘い香りがするタレを手際良く塗っていきます。「しょう油にみりんときらめを加えた特製タレが、うちののみりん干しの味の決め手。甘みが強く、ふっくらと焼き上がるんですよ」と美味しさの秘訣を教えてくださいました。

鐘崎で5人の男児を育てあげた入江さん。漁師である息子さんが釣り上げたイカの一晩干しや魚の干物を作り始め、知人の間で評判を集めて商品化したそう。「新作ができたら近所の人に食べてもらって意見を聞いて、みなさんに美味しいと思ってもらえる干物を作れるようにしています」と入江さん。ベテランお母さんが試行錯誤して作るおふくろの味を、ぜひご賞味ください。



# スタッフのコレ買っとき!

「道の駅むなかた」店員が  
おすすめ商品をご紹介します。今回は「甘夏特集」!

レジ担当  
安藤 紀子の  
買っとき!

大島甘夏みかんラングドジャ 10個入り 780円(税込)



甘夏の果汁をクッキーに練り込み、ホワイトチョコレートをサンド。柑橘の爽やかな風味に、まろやかなホワイトチョコレートの甘味が絶妙に合います。パッケージもかわいらしいので、ギフトにも最適です。



宗像さいだあ(甘夏) 250ml 300円(税込)

農産課 担当  
戸成 初彦の  
買っとき!



宗像・大島特産の甘夏を使用したサイダー。さんさんと注ぐ太陽と玄界灘からの風を受けて育った甘夏を、島の女性たちが手摘み・手絞りをしてとった果汁は優しく爽やかな味わい。暑い日にスカッと気持ち良い炭酸ジュースです。



レジ担当  
田浦 佳子の  
買っとき!

あまなつジェラート・シャーベット 各380円(税込)



甘夏の果汁が入った、夏にぴったりのスイーツ。「宗像さいだあ」と同じく、一つひとつ大切に手摘みした宗像・大島産甘夏を使用しています。まろやかで濃厚なジェラートと、さっぱりと爽やかなシャーベットの2種類があります。



## 作って みんな!旬レシピ



栄養士  
高田 満貴子  
先生監修

手間をかけずにできる  
カボチャ

### コーンと南瓜の蒸し煮



#### (材料)4~5人分

- ・トウモロコシ…………… 1本  
(実正味…150g程+塩1g程)
- ・南瓜…………… 400g
- 豚ひき肉…………… 300g
- コンソメ顆粒 小さじ弱1
- ・水…………… 100cc
- ・粗びき黒コショウ…………… 少々
- ・(好みで)ポン酢、  
またはマヨネーズ

#### (レシピ)

(下準備)

- ・トウモロコシ…3~4cmの輪切りにし、縦に包丁を入れて身を切り取り塩をふります。
- ・南瓜…種を取り、2cm角に切ります。
- ・豚ひき肉…コンソメと合わせ、軽くこね、1cm丸弱にまとめます。こねすぎると肉団子が硬くなるので注意を。

①フライパンに南瓜を並べ、上にコーンを散らし、さらにまとめたひき肉を間に置きます。

②上から水を回しかけ、コショウをふり、上蓋をして中火で10分ほど蒸します。さらに余熱で南瓜に火を通します。

③ざっくり混ぜ、コショウで味を調えます。

④食べる時には好みでポン酢、またはマヨネーズ、ソースを添えます。

#### 先生のワンポイント

トウモロコシは表面の皮2枚をはずし、あとは残し、サッと洗って皮付きのまま電子レンジへ。500ワットで4~5分加熱すると甘くて美味しい蒸しトウモロコシに!  
※食べる時は好みで塩をふってください

## 旬の情報・お知らせ

芝生広場にトイレが誕生!  
より便利で快適になりました

4月20日、「道の駅むなかた」の芝生広場にトイレが新設されました。第3~5駐車場から近く、お買い物の前後に活用していただけたと思います。芝生広場前にあるペットのふれあい広場をご利用の方も、お気軽にご利用ください。



## 毎月3名に当たる 読者プレゼント

スマートフォン  
からの  
応募は  
こちらから



### おすすめお土産セット(3,000円相当のお土産セット)

「いかごはんの素」「わかめ素うどん」「甘夏ラングドジャ」  
「甘夏ぼんず」「甘夏まんじゅう」をセットに!

応募方法 スマートフォンで上のバーコードを読み取り、応募フォームにアクセス。住所・氏名・電話番号をご記入し、アンケートにお答えの上、ご応募ください(おひとりさま1回限り)。

スマートフォンで「道の駅むなかた」のHPにアクセスし、右上の「MENU」から季刊誌「My道」まいど→「My道読者プレゼント応募用紙フォーム」からご応募ください。

※直接URLを入力される場合は  
<http://www.michinoekimunakata.co.jp/publics/index/43/> まで

応募締切 (1回目)7月31日、(2回目)8月31日  
※各回ごとにご応募可能です。

発表 当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

※皆様からお寄せいただいた個人情報はプレゼント発送に使用するほか、個人情報を含まない統計的な資料作成に利用します。また、本人の同意を得ず、第三者に開示いたしません。

## イベント情報

道の駅むなかた&  
近隣施設のイベントが  
盛りだくさん!

### 6月

- 18(土)~30日(日) 第1回鮮魚まつり
- 15日(土) 潮騒ライブ
- 24日(月) 休館日



### 7月

- 18(月)~31日(水) 第2回干物まつり
- 28(火) 半夏生ゆでダコ販売
- 14日(日) 田熊山笠、鐘崎山笠
- ・田熊山笠/10時~(宗像市内の遺跡公園→旧3号線沿いを巡回)
- ・鐘崎山笠/13時30分~(鐘崎中町→環状交差点→海側の通り→織幡神社→鐘崎中町)

### 15日(月)

- 大島山笠、地島山笠
- ・大島山笠/14時~(中津宮→うみんぐ→宮崎→子ども広場)
- ・地島山笠/9時~(泊区→豊岡区)

### 22日(月)

- 休館日



### 8月

- 7日(水) 宗像大社中津宮(大島)七夕まつり
- 神湊港からフェリーで25分
- 七夕伝説発祥の地とされる大島で開催 国福岡県宗像市大島1811

### 中旬

- お盆和菓子販売

### 15日(木)~17日(土)、26日(月) 休館日



フェイスブック・ツイッター・インスタグラムで情報発信中!  
『道の駅むなかた』で検索

発行者 株式会社 道の駅むなかた  
TEL:0940-62-2715  
編集 株式会社 アド通信社西部本社