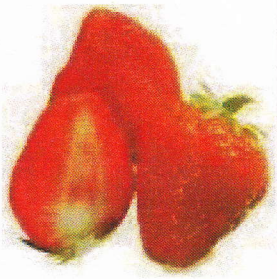
今月の食材



いちごは、イタリアの野生の果実として紀元１世紀に詩の中で登場しており、ローマ、ギリシャ時代には庭で飾られていました。日本では、平安時代の延喜式にいちごが記載されていますが、当時は野生の野いちごが食用とされていたようです。現在一般的に普及している品種は、18世紀にオランダにて、南アフリカ原産のチリ種に北アメリカ原産のバージニア種を交配して育成した「オランダいちご」がルーツと言われています。日本には、そのオランダから江戸時代の終わり頃に伝わり、当初は観賞用とされ、その後食用の品種が1900年頃から栽培され始めました。英語のstrawberryという呼び名は、麦わら(straw)を苗の周りに敷いてそだてたという栽培方法に由来したという説があります。 野生の木いちごが「魚（いお）の血のある子のごとし」といわれたことから、魚の［い］、血の［ち］、子のごとしの［こ］をとっていちごと呼ぶようになったといわれています。また、１～５月に収穫されることからいちごといわれるようになったという説もあります。「苺」という漢字は、乳首のような実がなる、という意味からだそうです

いちご

いちご酒

新鮮で、果肉がしっかりとしまっているものを使いましょう。
きれいなピンク色のお酒になります。甘酸っぱくて、とても飲みやすいです。

① いちご（800g）きれいに洗って、ヘタを取り、ザルに上げ、ふきんで水気を切ります。（果実に傷をつけないようにひとつずつ優しく丁寧に）
② レモン(４個)の皮を剥き、四つ程度に切り、一緒にいれます。
③ グラニュー糖（300g）とホワイトリカー(1.8l)を保存ビンに注ぎます。
④ 空気が入らないように蓋をキッチリ閉めます。
⑤ 冷暗所と呼べるようなところへ保管します。熟成期間】１ヶ月～

ビタミンC、A、カルシウム、鉄などが含まれています。
疲労回復、風邪の予防、しみ、そばかす、美肌などに効果があるそうです。

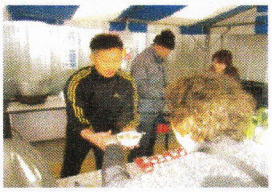
あなたも野菜作りに挑戦しませんか！

チャレンジ農園入園者募集！！

２５年度新規の入園者を募集いたします。うりぼうのベテラン農家指導のもと年間３０種類以上の野菜を作付し、野菜作りに必要なものはすべて農園で用意しますので、初心者の方でも気軽に参加できます。なお、３月には入園希望者の説明会を開催しますのでまずは、うりぼう事務所まで。

利用期間　２５．４～２６．２　利用料金・100㎡コース　3万6千円　・50㎡コース　2万円

ニュース



「めちゃなべ　ザ・対決」

２月９日快晴に恵まれ寒風が吹き荒ぶ絶好の゛お鍋イベント゛日和でした。■めちゃなべ：いなべ産品たっぷりの、ちゃんこ鍋とトマト鍋で対決。■ザ・対決　：各会員自慢の、まんじゅう、いちご、トマト、キャベツ、お米で対決。　気になるなべ対決の結果は、、、ちゃんこ鍋３７０杯　トマト鍋３６６杯接戦の末、ちゃんこ鍋が勝利しました。この模様はNHKのお昼と夕方のニュースでも放映されました。

真冬の野菜の品評会

２月２日恒例の品評会を行いジャンボの部、珍品の部、逸品の部の各部に会員自慢の野菜が出品され午後にはお客様に審査していただき賞を決定しました。

「みえのお宝食材鑑定会」

２月８日県の主催で鑑定会が行われ、いなべ市から・いなべそば・石榑産伊勢茶ペースト・さくらポークが出品され専門家による鑑定が行われ、味のみならずネーミングや売り込み方など、様々な視点からの感想やアドバイスがありました。また、午前中には出品の試食会も行われ自慢の商品をお客様に試食していただきました。

◎今月のポイント２倍デーは

３／２２日(金)～２３日(土)

毎週月曜　お米の日
毎週木曜　パンの日
毎月１２日　豆腐の日
毎月２９日　お肉の日

ふれあいの駅うりぼう
三重県いなべ市員弁町大泉2517番地
営業時間　午前８時30分～午後５時
定 休 日　毎週火曜日
ＴＥＬ０５９４－７４－５８２６
e-mail　uribou@m4.cty-net.ne.jp
URL　http://www.net-uribou.jp