

## 今月の食材



## さつまいも

さつまいもは、ヒルガオ科の植物の肥大した根の部分で、甘藷（かんしょ）とも呼ばれ、今では世界中の生産の約9割がアジアで作られています。日本には原産地の中米からではなく、中国を経由して最初は1604年に琉球に伝わって、その後100年近く経ってから種子島に伝わり、1700年代初めに薩摩藩が栽培を始めるようになりました。そして1732年の「享保の大飢饉」が西日本を襲います。そんな中サツマイモが一気に注目を集める事となり、江戸幕府の目にとまり徳川吉宗によって起用され、青木昆陽らによって江戸にも広まったとされ関東では薩摩藩から伝わった芋なのでさつまいもと呼ばれるようになったようです。

かつて焼き芋と言えば「紅あずま」「鳴門金時」の系統などほくほくして甘い芋が好まれる傾向にありましたが、最近は「安納芋」や「紅はるか」に代表されるようなしっとりして濃厚な甘さが楽しめる芋が人気です。うりぼうで販売する紅はるかは九州農業研究センターによって育成された新しい品種の芋です。外観が優れ、しかも蒸しいもにした時の糖度が高く、とても美味しい芋です。その高い糖度の糖質の中でも食べてみると強い甘さにもかかわらず後口はすっきりした感じの上品な甘さを感じさせてくれます。果肉の色は黄白色で、やや粉質で、加熱するとしっとりとした食感に成り、焼いた時に非常に甘く美味しい焼き芋ができます。



### 紅はるかの干し芋

1. さつまいもを水洗いして蒸かし鍋にお湯を沸かし、さつまいもを並べ蓋の横から蒸気が出るくらいの火加減（強火）で約1時間蒸します
2. さつまいもがしっとりして、竹串がスッと入るようになったらOKです
3. 熱いうちに両端を切り落とし、竹串を使って皮をむきバットなどに並べて常温になるまで冷めます その後、包丁で1cm厚さにスライスします
4. 網の上に並べて天日干しします 晴れて気温の低い日（10℃以下）に干すのが最適です 3～4日で出来上がります 透明感が出て中までねっとりしたら完成です
5. すぐに食べないときはラップで数枚ずつ包み、さらにチャック式の保存袋に入れて冷凍保存します

## ニュース



### 新米まつり開催する！

9/16 今年の新米をいち早くお届けするため恒例の新米まつりを開催しました。新米おにぎりの配布やお買上げの方にはお楽しみ抽選会でうりぼうの加工品などをたくさんプレゼントしました。



### 秋冬野菜の植付け

9月上旬にキャベツや白菜などの定植及び大根、カブなどの種蒔き計11品目の秋冬野菜の植付けを行いました。ただいまのところは順調に育っています。



### いなべ市少年柔道大会に出店

9/8今年も少年柔道大会に出店。ゼラートや五平餅のほかお弁当や和菓子、ジュースなどを販売し子供たちの頑張りに少し応援をさせていただきました。



### 郵便局お米頒布会

いなべ産ミルキーQueenの頒布会での取組みも元年産新米を9月下旬に320俵出荷し終了しました。あとは北勢町の農家4人と(株)ミエライスが引き継いでくれます。



### ポイント2倍デー

毎週月曜 お米の日  
毎週金曜 ジェラートの日  
毎月12日 豆腐の日  
毎月29日 お肉の日



いなべ農産物直売所

# うりぼう

アイス工房 うりぼうの

TEL 0594-74-5866 大泉駅となり

### 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 毎月最終火曜日  
TEL 0594-74-5866  
e-mail uribou@m4.cty-net.ne.jp  
URL <https://www.net-uribou.jp>  
通販サイト [uribou.shop](http://uribou.shop) 検索