

北九州の地元農産物を丸ごと楽しむ！

地産地消体験イベントを開催しました！

北九州市内の地元野菜のおいしさを知るとともに、農業のことも学べるイベントを開催しました(北九州市主催)。当日は、北九州市内の農家さんにおじゃまして、地元で穫れる旬の野菜の魅力についてたっぷり教えてもらいました。さらに北九州の野菜を使った美味しい料理作りにチャレンジ！地元野菜の魅力を再発見できるイベントの様子をレポートします。



清永ファーム

野菜のことなら何でも聞いて！

清永ファーム 代表 清永さん



9:25

小倉南区合馬エリアの清永ファームで地元野菜に触れる！



小倉駅から40分程度で到着！



大葉しゅんぎくとは

北九州市のブランド野菜。葉が丸くてギザギザがなく、肉厚。サラダや酢みそ和えなど「生」でも美味しく食べられる。

収穫した野菜は生でも美味しい！



皆さん真剣にメモや写真を撮っています。

↑フルーツ蕪



「筍の白い粉のようなものは“チロシン”。脳の活性化に効果があります。」清永さんの野菜の知識は半端ない！ためになるお話をたくさん聞かせていただきました。



合馬と言えば筍！合馬の竹林は、良い筍が穫れるようしっかり管理されています。

集合！



11月30日

8:45

イベント当日は晴天！参加者18名+ナッセスタッフでマイクロバスに乗り込みいざ出発。どんな体験ができるのかワクワク！

JA北九 大地の恵み 西中店

11:15



開店前から行列ができる直売所に立ち寄りしました。野菜や果物・お米などに加え、精肉・鮮魚も人気。思わず買いすぎてしまう人も。

新鮮野菜がどっさり



農産加工品も販売してました。

市内産の野菜がたっぷり！



根菜に火が通ったら最後にベーコン&ソーセージをin♪

SNS映える料理が完成！

「まるでレストランみたい！」料理の出来栄に驚く皆さん。写真を撮ったらさっそくいただきます！うーん、美味しすぎて大満足♪



男性の方も千切りに挑戦！



美味しく見える盛り付け方もしっかりアドバイスしてもらいました。

12:30

料理レッスンin九州電力(株)小倉営業所

「きゅうでんe-住まい」IHキッチンスタジオにて、地元野菜をふんだんに使った料理レッスンにチャレンジ。

講師は「きれんじ家の末永さん」



本日のメニュー

たっぷり野菜のほっこりポトフ
若松蒲風キャベツ・玉ねぎ・じゃがいも・若松ブロッコリー・厚切りベーコン・骨付きソーセージ
大地の恵みサラダ
かつお菜・大葉しゅんぎく・菊芋・若松蒲風キャベツ・フルーツ蕪・プチトマト・梅ちゃんドレッシング



開放的で機能性バツグンの教室に期待が高まります。皆さんエプロンを着用して班に分かれ、さっそく調理スタート。末永さんの包丁さばきをチェックしながら野菜をカットしていきます。



ポトフ用にざっくりカット

最初は遠慮しあっていた皆さんも、いつの間にか役割分担をしながら楽しくレッスン。野菜ごとの切り方や煮込も手順、火力の加減など、美味しい料理を作るヒントもたくさん教わりました。ポトフの香りが教室中に広がり、もうお腹が鳴りっぱなし。

体験を終えて

地元で穫れる野菜がこんなに美味しく新鮮なんてびっくり。そのまま生でも甘くて、野菜本来の美味しさがしっかり味わえることに感動しました。その美味しさを存分に活かす料理も学べて一石二鳥。とても楽しく充実した1日でした。