

蓮根 梨 ぶどう 飯村農園

http://iimura-nouen.com/

〒300-0136
茨城県かすみがうら市戸崎825
TEL/FAX 029-828-0600
携 帯 090-9676-8943
直売担当 飯村 恵子

霞ヶ浦を望むこの場所は、豊かな水と肥沃な土に恵まれ、古くから野菜や果物が作られてきました。
私たちは先人の選り取りしてきた技術と知恵、そして日々進化する新しい技術と知識を常に取り入れ「私たちにしかできない、ここからできる農業と農作物」を育てていきたいと考えています。

蓮根

蓮根は9月から翌3月まで収穫しています。12月から2月が蓮根の一番おいしい時期“旬”です。

おめでたい日の祝い膳

蓮根は穴のあいているその形から、「見通しがきく」「先が見通せる」として縁起物とされ、贈り物やお祝いの席に大変喜ばれております。
一年の暮れにお世話になった方へ感謝の気持ちを込めて贈るお歳暮や、一年のはじまりを祝うおせち料理や祝い膳に。



梨とぶどう

8月から10月、飯村農園の果樹園では梨やぶどうが次々に熟期を迎えます。

暑い夏の冷たいおやつ

梨の収穫期は8月～9月。水分たっぷりの梨を冷たく冷やして、一年で一番暑い夏の午後に涼のひと時を。



色とりどりのデザート

ぶどうはどれも個性的。色も形も食味も違う。だからこんなに色とりどりできれい！一粒一粒見て一粒一粒食べたくなります。9月からの収穫。



梨・ぶどうの効能

○梨の効能○

高血圧予防・利尿作用・むくみ解消・整腸作用・疲労回復・消化促進・解熱効果・咳止めなど

○ぶどう○

効能視力改善・高血圧予防・動脈硬化予防・心筋梗塞予防・脳梗塞予防・肝機能強化・疲労回復・老化防止など

梨やぶどうには甘みの素であるブドウ糖や果糖、さらに、アスパラギン酸などの遊離アミノ酸やビタミンなど、疲労回復や夏バテ防止に効果がある栄養素が豊富に含まれており、暑い夏のエネルギー補給に最適です。



おめでたい 芽つき蓮根

ご贈答用には通常取ってしまう、節のところから出た芽を付けたままにしております。見通しがきくというところもちろんおめでたいですが、私は、1本の蓮根にたくさんの芽を付けるところもすごくおめでたいと感じます。
それに、この小さな芽を大事に抱えるようにちょっと背中を丸めている姿が、とても優しく強く愛おしい…

調理のポイント

○皮をむいて切った蓮根はすぐに水や酢水に5～10分つけてあく抜きをすると、白くきれいな色に仕上がります。

※ホクホクに仕上げたい場合には酢水ではなく水につけます。

○きんぴらなどシャキシャキに仕上げたいときは、蓋をしなくて調理します。

○鉄鍋で調理すると変色するので、使わないようにしましょう。

蓮根の保存方法

○両端ともに節が付いているものは水に湿らせた新聞紙に包んでからポリ袋などに入れて冷蔵庫で保存しましょう。冬は10日～2週間くらい保存できます。

○節をカットしたものは、空気に触れないようにラップで包み冷蔵庫で保存し、なるべく早く使いきましょう。

○冷凍する場合には皮をむきあく抜きをし、茹でてから保存しましょう。

蓮根の栄養素と効能

○蓮根の栄養素○

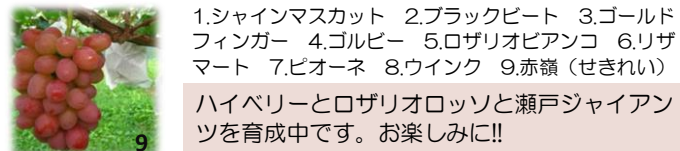
ビタミンC、カリウム、カルシウム、鉄、銅、ビタミンB12、食物繊維、タンニン（ポリフェノール的一种）など

○蓮根の効能○

疲労回復・風邪予防・ガン予防・老化防止・動脈硬化・高血圧・胃もたれ・胸やけ・便秘解消・花粉症の改善など

ぶどう

注目度ナンバー1の新品種**シャインマスカット**、農園人気ナンバー1の**ゴールドフィンガー**をはじめ、皮ごと食べられるぶどうや大きな粒のぶどうなど、人気品種、希少品種を中心に10数種繁殖しています。



1.シャインマスカット 2.ブラックビート 3.ゴールドフィンガー 4.ゴルビー 5.ロザリオピアンコ 6.リザマート 7.ピオーネ 8.ウインク 9.赤嶺(せきれい)

ハイベリーとロザリオロッソと瀬戸ジャイアンツを育成中です。お楽しみに!!

今年の梨とぶどうの収穫は終了しました。

ただ今来シーズンに向けての準備中です。

来シーズンもまた新品種が登場しますので、お楽しみに！

※来シーズンのぶどうのご注文ご予約は来年夏ごろから承ります。

お問い合わせの際のお願い

日中は農作業をしておりますので、電話でのお問い合わせ、ご注文は夜7～9時頃をお願い致します。なお、ご注文はFAXでメール、HPからも受け付けております。FAXでメール、HPからのご注文の場合、注文を受け付けましたら確認の電話を致しますので、電話番号を必ずご記入ください。また、こちらから連絡が無い場合、注文が届いてない可能性がありますので、ご連絡ください。