

7月の地産地消食材は『じゃがいも』

7月になり、だんだんと暑さも増してきました。もうすぐやってくる夏休み、みなさんも待ち遠しいのではないのでしょうか。

今月の地産地消食材は「じゃがいも」です。じゃがいもはナス科の野菜で、カリウムやビタミンなどの栄養がいっぱい詰まっています。

今回は、日光市の室瀬でじゃがいもを作っている、福田洋さん・ヒデさんにお話を聞きました。



福田 洋さん（室瀬）

福田さんの家では色々な野菜を作っていて、じゃがいもは約40年前から作っているそうです。はじめた頃は少ない量でしたが、今では約4a（アール）の広さの畑で『男爵（だんしゃく）』と『メイクイン』の2種類のじゃがいも作っています。

「植物も生き物だから、毎日の成長を見るのが楽しみ。」と福田さんは笑顔で話してくれました。また、じゃがいも作りで苦労する事は、せっかく作ったじゃがいもをイノシシに食べられてしまう事だと言います。野生動物に畑を荒らされてしまうことは、農家さんにとって深刻な問題なのです。



じゃがいもの花の様子

じゃがいもを使う料理はたくさんありますが、みなさんは何が好きですか？

ちなみに、福田さんのおすすめの食べ方は「じゃがいもコロッケ」だと言います。福田さん特製のコロッケは大人気のメニューで、家族みんなが喜んでいっぱい食べてくれるそうです。

みなさんも、日光の太陽で育ったじゃがいもを食べて暑い夏を元気いっぱい乗り切りましょう。



じゃがいもの畑の様子