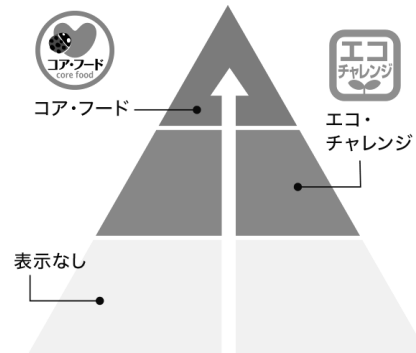


# 「コア・フード」「エコ・チャレンジ」学習会 に参加しました

2021年6月15日、課題推進チームメンバーは、パルシステム産直事業本部による「コア・フード、エコ・チャレンジ青果学習会」にWEBで参加しました。今回は学習した内容を、組合員メンバーM.Kさんより報告させていただきます。

## ◆コア・フード、エコ・チャレンジとは？



「コア・フード」・・・日本農林規格(JAS)に定められた有機農産物、またはそれに準ずると判断された栽培レベルの高い農産物。化学合成農薬、化学肥料を使わない。**パルシステムのトップブランド。**

「エコ・チャレンジ」・・・パルシステムの独自基準。化学合成農薬、化学肥料を各都道府県で定められた一般栽培基準の1/2以下に削減。パルシステムの「削減目標農薬」の不使用が原則。※青果は、除草剤、土壌くん蒸剤も不使用。

## ◆みなさん、ecore(エコレ)をご存じですか？

ecore(エコレ)は、コア・フードとエコ・チャレンジだけにこだわるカタログです。生産者の方の声も載っているの、商品への想いなどを知ることができます。私も今まではさっと目を通すだけでしたが、これからはしっかりと見て納得して購入していきたいと思いました。



今週配付しています

## ◆コア・フード、エコ・チャレンジの商品をすすめたい!!

コア・フード、エコ・チャレンジの商品は、おいしく安心や安全はもちろん、**環境に配慮された商品**です。農薬の使用を抑え地球に与える影響が少なく、**地球にとっても優しい商品**です。子どもたちの未来のため、地球に優しい商品をみなさんにも知って頂きたいと感じました。



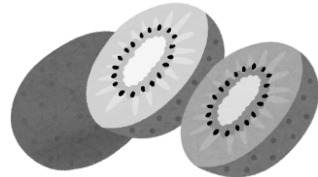
今回の学習を通して、生産者さんの苦勞を知りその苦勞や努力を無駄にしたいと感じました。そのためは、私たちが購入して無駄なく食べることがとても大切です。また、コア・フードやエコ・チャレンジについてもっと勉強し、それを広めていくことが大切だと感じました。

組合員メンバー M.K

# 「おうちで国際産直交流～NZ有機キウイ」に参加しました

国際産直は、現地の飢餓を救う為に民衆交流から始まり、国産品が出回らない時期にその土地の特産品をとの実践基準が明確にされています。

キウイはニュージーランドの北島地域で作られ、日照時間が長く、寒暖差があり、栽培に適していて、山梨と似た環境。ニュージーランドで有機栽培をしている農家は1%にも満たないが、570haの広大な土地で3代・4代目のキウイ農家の方達が栽培に取り組んでいて、健康な土壌、健康な木、害虫、糖度、色、選果場、全てに品質管理システムが設けられていて、万全な体制になっています。土づくりは、ミミズを増やす努力で害虫対策に有効なバクテリアが多くなる。害虫に対しては、益虫が増えると害虫が減るとの考え。防虫対策は必要な所のみに実施。花の受粉はミツバチにお願いしている。これが環境保全型農業なのでしょう。



今年のキウイの品質は良好で糖度が高い。故に、楽しみにして下さいとの事。キウイは17種類の栄養素充足率 No. 1。グリーンキウイは食物繊維が豊富。サンゴールドキウイはビタミンCが豊富で一個で1日分。栄養たっぷりのキウイを、ぜひ味わって下さい。 組合員メンバー Y.O



## コア・フード有機キウイを使ったレシピ提案

料理動画はこちらの  
インスタを見てね



### 有機キウイアイス

レシピ考案 Y. O

- 材料■
- ・有機キウイ 1袋
  - ・砂糖 50g
  - ・生クリーム 200cc



- 作り方■
- ①皮を剥き、ざく切りにしたキウイを冷凍。
  - ②冷凍したキウイをフードプロセッサーで砕き、砂糖を入れ、攪拌しながら、生クリームを少しずつ入れる。  
※チャック付きビニール袋に入れた冷凍キウイを袋の上から潰し、砂糖・生クリームを混ぜても出来ます。

### 有機キウイミルクゼリー

レシピ考案 Y. O

- 材料■
- ・牛乳 500cc
  - ・砂糖 40g
  - ・ゼラチン 5g
  - ・有機キウイ 適量(皮を剥き5mm厚の輪切りにしておく)



- 作り方■
- ①鍋にキウイ以外の材料を入れ、火にかけ溶かす。
  - ②沸騰させないように注意し、溶けたら型に入れ、粗熱を取る。
  - ③キウイをミルクゼリーの中に入れ、冷蔵庫で冷やす。

### 有機キウイのさわやかカレー

レシピ考案 N. O

- 材料(5人分)■
- ・玉ねぎ 1個(みじん切りにしておく)
  - ・鶏ひき肉 200g
  - ・人参 1/2個(5mm厚に切っておく)
  - ・有機キウイ 4個(皮をむき8mm厚に切っておく)
  - ・スイートコーン 大さじ3
  - ・カレールー 1/2箱
  - ・サラダ油 大さじ1



- 作り方■
- ①フライパンにサラダ油を入れ、玉ねぎがしんなりするまで炒める。鶏ひき肉を加え、ほぐしながら炒る。人参を入れ炒め、水を入れる。
  - ②沸騰したらアクを取り除く。火を弱火で10分程煮込む。火を止めカレールーを割り入れる。
  - ③再度火をつけ、トロミがでたらキウイを入れ、一煮立ちさせスイートコーンを入れる。

# 「梶原さんとおしゃべりしよう！オンライン交流会」に参加しました



広いブロッコリー畑が広がり、大きな葉っぱを開くと中にはキラキラした大きなブロッコリーが顔を出す。これが梶原農園。梶原さんは、野菜達も自然の中の一つのサイクルの中にあるとの考えで栽培。「誰でも食べられる有機の野菜」がコンセプト。旬にこだわり、多種類の野菜の栽培。水やりはせず、雨水頼りだが、その為、野菜がしっかり根を張り、美味しい野菜へと育つ。雨が多くと虫が少ない。でも、病気が多くなる。雨が少ないと虫が多い。でも、病気が少ない。野菜が大きくなるまでネットを張り虫除け。ニンジンが鹿の食害で全滅した事もある。

気候変動。近年は冬の気温が高いため、越冬で育てる春キャベツ、スナックエンドウが作りにくいが、種子を撒く時期を遅くするなど工夫をしている。また、1カ所でまとめた栽培では無く、畑を3カ所くらいに分け、1カ所が病気等でダメになっても他の所で欠品が出ないようにフォロー。リスク分散で回避するようにしている。良いものを出荷したいので欠品が出る事を許してほしい。作るのは大変。でも、乗り越えるのも楽しみ。目指すのは、誰でも出来る・誰でも買える有機野菜。有機農法は、未来永劫続いていくもの。人の育成は大変。でも、農業は楽しい。それを次世代に伝えたい。そんな熱い思いを聞かせて頂きました。 組合員メンバー Y.O