みらい すくすく 通信
547号
この通信に掲載の野菜のお届け日
2022年 4月18日～4月22日
2022年 4月 3日発行
有機農協のお届け便 ゆうきの実

いつも有機野菜をお買い上げありがとうございます。
毎週、旬の情報をお伝えします。

※「納豆」は冷蔵品の為に宅配ボックスへのお届けは出来ません。

有機農協のオリジナル「有機納豆」

有機農協のオリジナルの「北海道産有機納豆」が誕生したのは、今から６年前の 2016 年。有機農協が小路さんの有機大豆で納豆を作ろうと、独自に企画開発をして、納豆や豆腐などの大豆商品を展開する「オシキリ食品」の全面的な協力で作った有機農協オリジナルの納豆です。

有機農協では、有機野菜を生鮮品として販売するだけではなく、加工品の原料としても販売をしたいと考えていました。それは、食卓を飾る料理は、野菜や肉などの生鮮品を調理するだけではなく、加工品を使った料理もあり、加工品の原料を有機にすることで、食卓でもっと多くの有機の料理にできると考えたからです。

北海道産有機納豆の原料となる小粒大豆は「ユキシズカ」という品種で、1990 年に十勝の農業試験場で開発されました。ユキシズカは、納豆の発酵に大切な役割を果たす糖分の割合が優れていて、納豆に適した大豆と言われています。十勝で生まれ、安平で育った大豆が江別で納豆に加工された正真正銘の北海道産の納豆です。

私も納豆が好きで、朝の忙しい時間には、ごはんに納豆だけという、手軽に済ませることが出来る納豆は、欠かせない商品の一つです。特に、この有機納豆は、豆の味がしっかりとしていて、納豆の風味と醤油などの調味料の味が合わさり、とてもおいしくて大好きです。

私の納豆の食べ方はワンパターンで、卵の黄身と長ねぎのみじん切り、これにめんつゆで味付けをして、しっかりと混ぜていただきます。この食べ方が豆の味と納豆の風味をよく味わえると思っていますが、別の食べ方にもチャレンジしてみようと、いくつかのレシピを試してみました。

その中で一番おいしかった「納豆と切干大根の和え物」をご紹介します。

納豆の食べ方がワンパターンな私にとって新しい挑戦でしたが、食べてみて、納豆の柔らかな食感と切干大根のシャキシャキした食感が新鮮で、そこにマヨネーズのコクとポン酢しょうゆの酸味が納豆の味を違ったかたちで引き出してくれ、これまでとは違うおいしさを味わうことが出来ました。私にとっては、忙しい朝に作るのは難しいですが、休みの日の朝には、これからも食べたい１品となりました。

これまで食べたことがないという方がおいでになりましたら、是非一度北海道産有機納豆を食べてみていただけると嬉しいです。

～納豆と切干大根の和え物～

★用意するもの
北海道産有機納豆：
4390 1パック 40g に、
自然農業社の切干大根：
7223 乾燥状態で 10g
たれ
7962 有機ポン酢醤油：大さじ 1
7902 平飼い鶏の有精卵マヨネーズ：大さじ半分
8518 有機しっとりすりごま：小さじ 2
混ぜ合わせたたれに、納豆と水で戻しただけの切干大根を食べやすいサイズにカットして入れ、全体にたれがからむ程度に混ぜ合わせて頂きました。

有機納豆（小粒）

札幌市 オシキリ食品
安平町の小路さんが育てた有機小粒大豆で製造。
たれやからしは、ついていません。
【原材料】有機大豆（北海道産）
(40g×2)

切干大根

壮瞥町 自然農業社
自然農業社で育て、寒さに耐えた甘みのある貯蔵有機大根を自社で製造しました。水で戻して、「サラダ」で食べて頂きたい商品です。
【原材料】有機大根（北海道産） 30g

乾燥ごぼう

壮瞥町 自然農業社
安平町の小路さんが育てた有機ごぼうを自社で製造しました。
有機原料使用の商品は、今は組合のみでのお取扱いとなります。
【原材料】有機ごぼう（北海道産） 30g