

留萌地域情報受発信フリーペーパー

# るもいfan

天塩町 | 遠別町 | 初山別村 | 羽幌町 | 苫前町 | 小平町 | 留萌市 | 増毛町

VOL. 7

2011.10.25

毎月発行

大地の赤

<http://rumoifan.net>



### 秋の紅葉（増毛山道）

秋晴れの空を背に、里より一足早く色づく増毛山道の紅葉



### 今月の表紙

「大地の赤」

8～9月頃に収穫される調理用

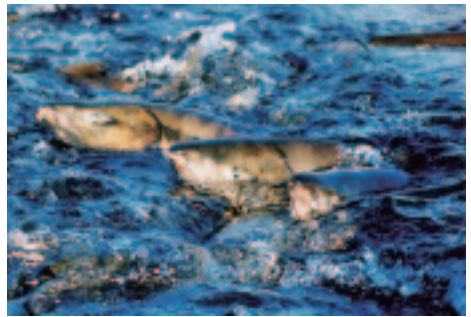
トマト「プラムイタリア」

生産者 小平町字桑園 中村知広さん

## るもい・秋景色 10月



ローソク岩 秋の冷たい日本海に映える夕陽



暑寒別川の鮭 故郷の川へ戻ってきた鮭  
【留萌市情報員：渡辺一夫さん撮影】



暑寒別岳 リンゴ園の背後にそびえ立つ冠雪後の暑寒別岳【増毛町情報員：仙北清孝さん撮影】

# るもいコミュニティカフェテリア体験版

## 第2弾 ～トマトの収穫とトマトピューレ作り～

るもい管内は自然豊かな土地柄で、それほど沢山の量ではないが季節ごとに海の幸・山の幸と様々な食材がある。食材から生産者の顔が見え、安心して食べることができる。

昨年7月より、るもい健康の駅にてカフェテリアがオープンしている。

今年は新たな取り組みとしてスープカフェと、生産現場を見学し、自ら収穫を行い調理するまでの体験型カフェが盛り込まれている。

9月7日、小平町桑園にある「中村農場」に参加者10名と、調理用トマトの収穫に向かった。

品種はプラムイタリアとニタキコマ。どちらも生で食べるより加熱することで、より美味しくなるというトマトだ。

例年なら中村さん自身がトマトの収穫を行い、小平町の加工業者に委託し製造、A コーブルピナスで販売をしていた。だが今年は、加工業者が都合で休業しているため畑には収穫が追いつかないトマトが沢山あった。

バケツに、トマトを山盛りにしても一杯500円。生産者の苦労を思うと本当に申し訳ないほど安い。



収穫体験。秋のこの時期は、旬で食べ頃の真っ赤なトマトがたくさん



収穫体験。バケツいっぱいのおトマト

収穫したトマトを持ち帰り、いよいよ午後からはピューレ作りにとりかかる。

手順は至って簡単だ。トマトを洗い粗く刻み、ミキサーで攪拌する。ザルで濾した後、鍋に戻しタマネギ丸ごと1個とベイリーフ1枚を入れ半分の量になるまで煮詰める。



昼食時。トマトソースで留萌産生パスタ「ルルロツソ」を味わう

煮詰まるまで約40分。タマネギとベイリーフを取り出し、塩小さじ1を入れ味を調える。最後は煮沸した瓶に詰め出来上がり。

昼食にスタッフが事前に用意したトマトソースで留萌産生パスタ「ルルロツソ」を味わう。

食材がすべて留萌産という贅沢な、そして美味しい昼ごはんだった。

留萌近郊の農家は、ほとんど家族で営んでいるため天候に左右される生産物の収穫期は、猫の手も借りたい忙しさだ。時期を逸すると収穫を迎えた野菜達も土壌の肥やしとなることも多いという。生産者と消費者を繋ぐ体験型のシステムが確立されれば、双方に有益な明るい農村にならないだろうか。

### るもいコミュニティカフェテリア 体験版 第4弾 ～豆腐作り～

開催予定 平成24年2月上旬  
体験人数 10名程度  
体験料金 1,000円  
お申込み 株式会社エフエムもえる  
電話 0164-42-3871  
メール office@moeru.fm



北海道留萌管内体験観光サイト

るもい体験ナビ



北海道留萌管内の体験観光プログラムを幅広くご紹介。

<http://rumoifan.net/taiken/>

るもい体験ナビ

検索

主催／北海道留萌振興局産業振興部 商工労働観光課 留萌観光連盟事務局  
〒077-0005 留萌市船場町2丁目J R留萌駅2階エフエムもえる内 TEL0164-42-3871 e-mail:info@rumoifan.net

# 大地の赤

赤く熟したトマトから美味しいジュースが作られる

「こんなに美味しいもの、自分達だけで飲むのはもったいない」。

大地が育み手をかけて大切に育てた、真っ赤な恵み『トマト』をジュースに加工した農家のお母さん達。美味しさの隠し味は、しっかりと手を携えてきた歩みにこそある。

## 幌の里

留萌市幌糠地区の農家の女性達で作る加工グループ『幌の里』は水稲、畑作のキャリアが皆40年以上、最高齢では60年以上もの女性達で構成している。「集まって作業をするのが楽しいの」とハツラツとした笑顔で語る彼女達には、シルバーエイジという言葉は似合わない。

発足のきっかけは、代表の佐藤一子<sup>いちこ</sup>さんが知り合いから掛けられた一言だった。

『留萌産のトマトジュースが飲みたいわ』。佐藤さんは仲間達とジュース作りを始めた。技術指導と施設整備では農業改良普及センターや農協、地域の協力を受けた。一人の想いが仲間にも地域の人々に伝わり、留萌産トマトジュースが誕生した。

商品名は『留萌黄金トマトジュース』。日本一の夕日が沈むマチ留萌を表し、豪快にゴクリと飲み干すようなネーミングが印象的だ。



利益を追求するよりも、購入しやすい価格で提供したい。皆の共通の思いだ

栽培しているトマトは食味が良く日持ちする『桃太郎8』<sup>チイト</sup>。昔ながらの露地栽培で太陽と大地の恩恵を十分に蓄え成長させる。メンバーそれぞれ無理がかからないように、健康と一緒に作業できるようにと願っている。



大地の恵みを凝縮させた真っ赤なトマトジュース

## トマトの会

小平町富里地区の星野美津子さんは、水稲農家に嫁いで

33年が経つ。

平成16年に『トマトの会』の代表となつて以来、栽培・加工製造から受注、配達、販売までを行ってきた。

ジュースは原材料にこだわりの、塩は天然塩、トマトは桃太郎を使い続けた。昨年は、他品種に挑戦し、病気に強く果肉がしつかりとした『玉様トマト 麗夏』<sup>れいか</sup>を栽培した。仕上がりは思いの外、さらりとした口当たりで、この夏までに全て完売した。

今年のジュースの生産は都合により休止中だが、将来はミニトマトのジュースに関われたらと夢を持つ星野さん。市場へ出荷できない生産物、いわゆる『ハネ品』を活用できないかと考えている。ミニトマトのジュースは、普通のトマトを使ったものよりも濃厚な甘み特徴で、フルーティーなソースのよう

あり、デザートにもなり得る程の甘さは秀逸だ。

## 手を携えて

農業者個人や小規模の生産者グループが、手塩にかけて育てた作物を加工製造し、流通までを一手に担うには課題も多く存在する。

若い世代の農業者は仕事と家庭の両立、子育てとめまぐるしい環境に身を置く世代



玉様トマト 麗夏は裂果に強い品種だ

だ。その一方では高齢化も進み、加工メンバーの確保自体が難しくなっている状況でもある。

地域ぐるみで地元の食材という宝を、生産者から消費者へと繋いでゆく仕組みを作り上げてゆけたなら、生産者にかかる負担も軽減されるのかもしれない。

一人より二人、三人とともに手を携え繋いで。



朝の里 <sup>いちご</sup>  
代表 佐藤一子さん



トマトの会  
代表 星野美津子さん

トマトは加熱するとまみや甘さがアップします。

完熟したトマトで作るソースは濃厚でたくさん作って保存しておくとうまみや甘さがアップします。完熟したトマトで作るソースは濃厚でたくさん作って保存しておくとうまみや甘さがアップします。完熟したトマトで作るソースは濃厚でたくさん作って保存しておくとうまみや甘さがアップします。

## トマトソース



### ■材料

- トマト（調理用） 1kg  
またはトマト水煮缶（450g） 2缶
- オリーブオイル 50cc
- にんにく 2片〜3片
- コンソメ 1個
- ドライオレガノ 小さじ1
- 塩、こしょう



### ■作り方

- ① 鍋にオリーブオイルを入れ、弱火でニンニクのみじん切りをゆっくり香りが出るまで炒める。
- ② 湯むきしたトマトを手でつぶしながら中火で半分ぐらいになるまで煮詰める。
- ③ 途中オレガノやコンソメを入れ、塩、こしょうで味をととのえる。



るもい人の  
ひとりごと  
Column

調理用トマトがあることを知ってから、トマトケチャップ、トマトソース、ピューレなどに加工して保存している。熱を加えると旨みが増し、濃厚なトマトの酸味が実に美味しい。味だけでなく、私が魅了されているのはトマトの色、太陽の様なオレンジ色。熱を加えると果肉の赤が増す。籠に入れ台所に置いてあるだけで元気が出る。

（編集局）



# 旬の特産品

るもいの旬の特産品をご紹介します！

## No.7 「管内トマト特集」

留萌管内で生産されるトマト類は年間約252トンで、主にミニトマトの栽培が盛んだ。そのまま食べても美味しいのはもちろんだが、ジュースやジャムにも加工され、年間を通し味わえる。小平町と苫前町の「広域ミニトマト生産者協議会」では品質向上を目指した栽培を行っておりイエスクリーンにも登録されている。北海道の安心ラベル YES! clean マークとは、生産者一人一人の生産物に対する自信の証、そして安心な北海道産農産物を、全国の消費者に届けている。



### 留萌 黄金トマトジュース

「幌の里」は、留萌市幌糠地区の農家女性加工グループ。自分たちが栽培しているトマト「桃太郎<sup>アスカ</sup>8」を使用し「留萌黄金トマトジュース」を商品化した。原材料はトマトと食塩のみ。露地栽培されているトマトは、「大地からのおみやげ」のキャッチフレーズ通りジュースにしてもトマトそのままの味わいだ。

#### 販売店

##### ・南るもいAコーブルピナス

留萌市高砂町3丁目4-6  
TEL 0164-42-2104

##### ・おみやげ処 お勝手屋萌

留萌市栄町1丁目  
TEL 0164-43-1100

#### 製造者

##### 佐藤 一子

南るもい農業協同組合留萌女性部 幌の里  
留萌市大字留萌村字幌糠1954番地  
TEL 0164-46-1211

## HORO's KITCHEN <親子クッキング教室> ～トマトケチャップ作り～

留萌市立幌糠小学校では、児童がそれぞれ一坪農園を持ち、作物を育てる取り組みをしている。それに加え「KAGOME 凜々子わくわくプログラム」にも参加しており、食育授業を積極的に行っている。今回は留萌振興局と連携し、収穫したトマトを使用したケチャップ作りに挑戦した。自分たちが育てたトマトが、ひと手間かけることで美味しいケチャップに変わる楽しさに、児童達は目を輝かせ取り組んでいた。



高学年が下級生のサポート



夏に収穫して冷凍し保存したトマト



煮たトマトをミキサーにかけザルで濾す



トマトケチャップを瓶詰めにし完成

