

楽しく作って
美味しく食べよう！



夏播き
**オススメ
品種！**

新品種

品種
特性

リコピン・カロテンを兼ね備えた鮮やかな赤色人参

京くれない EX

【特徴】

- 根色は鮮やかな赤色！
- 金時ニンジンと五寸ニンジンの中間型で、根色が鮮やかな赤色の夏播き専用種。根長は五寸ニンジンよりやや長めで、適用栽培では、20～22cm程度になる
- 高い機能性
- 機能性成分である金時ニンジンのリコピンと西洋ニンジンに含まれるカロテンの両方をバランスよく備える

【栽培の要点】

- 後半の肥切れに注意
- 元肥として全量の2/3程度を施し、後半の肥切れに注意して肥培管理を行う
- 均一な発芽を
- ニンジンは均一な発芽が良品生産のポイント。
- 土壌水分に注意を。

月	7	8	9	10	11	12	1	2	3
中間地		●				■			

● 播種 ■ 生育期 ■ 収穫期

ペレット 200粒 **460円** (税込) 10,000粒 **8,000円** (税込)



新品種

品種
特性

根こぶ病に強い晩抽早生種！春まきも可能！！

きらぼし65SP

【特徴】

- 幅広い根こぶ病に耐病性をもつ晩抽早生種
- トウ立ちが遅く、春まき栽培も可能
- 石灰欠乏症やゴマ症などの生理障害が少ない
- 玉は尻張り・胸張りのよい濃緑の砲弾形
- 揃いよく一斉収穫に向く

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
中間地		●	●	●	■			●	●	■		

● 播種 ■ 生育期 ■ 収穫期

DF 0.9ml (266粒) **630円** (税込) ペレット 5,000粒 **12,300円** (税込)

お問い合わせ：経済配送センター **048-451-1133**

宮農 掲示板

役に立つかもッ！

新座支店 『エコープマーク品を使った お料理レシピが充実！！』

新座支店の支店内経済コーナーでは、エコープマーク品を使ったお料理レシピを提示し、様々なマーク品を取り揃えてお客様をお迎えしています。
ぜひレシピをお持ち帰りしてご自宅でのお料理をお楽しみください！

軽量・省力型肥料を取り扱い

農作業のご負担軽減については、肥料の軽量化などのご要望をいただいています。
これからも様々なご要望にお応えできるよう取り組んでいきます。

【粒状苦土石灰入りあさひエイト】
成分：8-8-8 苦土3
特徴：苦土石灰を配合
製造：旭肥料株式会社
10kg **1,200円** (税込)

【配合肥料5号】
成分：8-8-8 有機36%
特徴：有機質肥料を配合
製造：旭肥料株式会社
10kg **1,400円** (税込)

センチュウ防除にこれ"いいね" ビーラム 粒剤

ごぼう やまのいもにも登録拡大！

収量や品質の向上が期待できます

臭いが少なく扱いやすい粒剤です

新規有効成分の新・殺線虫剤

作物名	適用害虫名	作物名	適用害虫名
ばれいしよ	ジャガイモシストセンチュウ ジャガイモシロシストセンチュウ	にんにく にんじん	イモグサレセンチュウ ネコブセンチュウ
やまのいも(New)	ネコブセンチュウ	ごぼう(New)	ネグサレセンチュウ
かんしょ		きく	
さといも	ネグサレセンチュウ		ネコブセンチュウ

粒剤 10kg **7,780円** (税込)

心強い仲間が増えました！ ラウンドアップ マックスロードAL

希釈する必要な！ストリートタイプの3種類が登場！！

基本タイプ
AL
根まで
しっかり
枯らす！

速効タイプ
AL II
翌日には
枯れ始める！
イシクラゲ・コケも枯す！

長期持続タイプ
AL III
6ヶ月
抑草
新たに生えてくる
雑草も抑える！

〓 お家まわり、駐車場、空き地等に是非お使い下さい！

製品名	基本タイプ AL	速効タイプ AL II	持続タイプ AL III
特徴	★初めての方に オススメ！ ★葉や茎にかけた 雑草だけ枯らす！	★枯れ始めが早く やがて根まで枯らす ★深の一種である "イシクラゲ"の密度を 減少させる効果があり ます！	★新成分配合で 持続性をプラス ★抑草期間なんと 6ヵ月！
根まで枯らす	○	○	○
枯れ始め	2～7日	翌日	翌日
抑草期間	約2ヵ月	約2ヵ月	約6ヵ月
価格	2ℓ 1,460円	2ℓ 1,760円	2ℓ 2,060円

※価格は税込です

あさか野農業協同組合

発行／あさか野農業協同組合 発行人／代表理事組合長 田中 庸久 編集／指導経済部 営農支援課
〒351-0023 朝霞市大字溝沼 466 番地 TEL.048-451-1122 URL <https://www.ja-asakano.or.jp/> [あさか野農業協同組合] 検索



夏の
宵

酒の肴



溺れる肝臓

巻頭特集 肥料成分の一般的な作用と効果
新鮮な地場野菜をふんだんに使った
おうちで居酒屋レシピ集
夏播きオススメ品種（人参、白菜）
軽量・省力肥料のご案内

TAKE FREE

巻頭特集

知っているようで
意外と知らない？

肥料成分の 一般的な作用と効果

リン酸	◆光合成の促進(糖度の向上) ◆根張りの向上 ◆花芽分化の促進 ◆苦土と相乗作用	マンガン	◆葉緑素の生成に関与 ◆酵素や代謝に関与
苦土	◆葉緑素の構成要素 ◆光合成の促進(糖度の向上) ◆リン酸と相乗作用	銅	◆葉緑素の生成に関与 ◆呼吸や酵素に関与
石灰	◆細胞壁・細胞膜の生成、強化 ◆生物体内の有機酸などの中和 ◆土壌の酸度矯正 ◆リン酸へ相乗作用	亜鉛	◆葉緑素の構成要素、活性に関与 ◆たんばく質合成に関与
ほう素	◆石灰の吸収・転流に関与 ◆細胞壁・細胞膜の生成、通導組織の維持 ◆水分・炭水化合物・窒素代謝に関与	鉄	◆葉緑素の生成に関与 ◆酵素や窒素代謝に関与
		けい酸	◆イネ科作物の物理的強化 ◆倒伏軽減 ◆病虫害抵抗性の向上



りん酸

生育促進・収量UPへ！

りん酸は生育初期には**発根力**、中期～後期にかけては**花付き**や**実付き**、**果実の着色**、**糖度の向上**など様々な成長に関与！

根の成長とリン酸

葉菜類は根の確保の点から初期生育が重要で水にすばやく溶ける**速効きの水溶性りん酸**が効果的！また生育が盛んになる後期には**養分吸収量が多くなるので速効きの水溶性りん酸**が効果的です！

苦土・微量元素

塩基バランスを整えよう！

苦土は葉と果実に多く含まれており、果実が育つ生育中期から後期にかけて欠乏症が発生しやすくなります。また、果菜類はカリ、石灰も多く吸収するため拮抗作用によって苦土の吸収が阻害される恐れがあります。

欠乏しやすい苦土、微量元素！塩基バランスを整えよう

石灰は苦土と拮抗作用があり、石灰が過剰な場合では苦土の吸収を阻害する恐れがあるため注意が必要です。また、土壌pHがアルカリ性に傾くと、土壌中のほう素やマンガンなどの微量元素が不溶性化してしまい、作物が吸収されず欠乏症が発生する恐れもあります。

～地力増進基本指針における望ましい塩基バランス～

石灰 5 : 苦土 2 : カリ 1

《各野菜別栄養素不足事例》

★きゅうり★

苦土欠乏症



引用：こうち農業ネット
葉脈間の白化または黄化

★トマト★

ほう素欠乏症



引用：ルール電子図書館
果皮にコルク状のカサブタ

★コマツナ★

ほう素欠乏症



引用：ルール電子図書館
莖葉が硬くなり外側に巻く

★なす★

マンガン欠乏症



引用：ルール電子図書館
黄色や褐色の斑点

ビタミンたっぷり！ ゴーヤの肉詰め

《材料》	
・ゴーヤ……………1本	B
・砂糖……………大さじ1	・醤油……………大さじ2
・塩……………大さじ1/2	・砂糖……………大さじ1
・片栗粉……………大さじ2～3	・みりん……………大さじ2
・かつおぶし……………適量	・酒……………大さじ2
A	・オイスターソース……………大さじ1
・挽き肉……………150g	
・玉ねぎ……………1/3個	
・おろししょうが……………小さじ1	
・溶き卵……………1個分	
・パン粉……………大さじ3	
・牛乳……………小さじ2	
・塩コショウ……………少々	

《作り方》
①ゴーヤを1cmの輪切りにして種とワタをスプーン(ペティナイフだとやりやすい)で取り除いてボウルに入れ、砂糖と塩をまぶし約30分置き。水が出たらよく水気を切る
②玉ねぎはみじん切りにする
③Aの材料を混ぜ合わせてよく練り、ゴーヤの穴に詰める(加熱すると膨れ上がるので詰めるすぎに注意)
④フライパンに油をひき中火で約2分焼く
⑤ゴーヤを裏返し、同じく中火で約2分焼く
⑥水を少量加え弱火で約5分蒸し焼きにする
⑦蒸し焼きにしたら一旦フライパンからおろし、同じフライパンにBの調味料を全て加え熱しとろみがつくまで加熱
⑧お皿にもりつけ、最後にかつおぶしを乗せたら完成

お酒にもご飯にも！

鶏むね肉の竜田揚げ

～夏野菜の甘酢ソースがけ～

《材料》	
・鶏むね肉……………2枚	・トマト……………1個
・酒……………大さじ2	・醤油……………大さじ1
・塩・コショウ……………適量	・砂糖……………小さじ2
・ピーマン……………1個	・酢……………大さじ2
・パプリカ(黄・赤)……………1/2個	・鶏がらスープの素……………小さじ1
・ナス……………1/2個	・油……………適量

《作り方》
①鶏むね肉を酒・塩・コショウで揉み込み冷蔵庫で漬けて置く
②①の鶏むね肉の両面に片栗粉を満遍なくまぶす
③フライパンに5mmくらいの深さの油を入れ熱し、皮目から揚げ焼く
④皮目がパリッとなったら反対側も揚げ焼き、中まで火が通ったらバットに一旦あげる
⑤野菜は全て角切りにする
⑥③で使ったフライパンでトマト以外の野菜を炒める
※油が多く残っている場合、ペーパーで軽く拭いて下さい
⑦火が通ったら調味料を加えて炒め、さらにトマトを入れてざっと炒める
⑧お皿にカットした胸肉を乗せ、野菜ソースをかけた後完成

薬味好人歓迎！

山形県の郷土料理「だし」を使った

だしそうめん

《材料》	
・おくら……………4本	・ナス……………1本
・大葉……………4枚	・納豆こんぶ……………4つかみ
・みょうが……………3本	・濃縮めんつゆ……………大さじ3
・きゅうり……………1本	・エコープ……………1束
	手振りそうめん……………1束

《作り方》
①おくらを茹でてヘタを切り落とし、みじん切りにする。他の材料もよく洗い全てみじん切りにし、調味料と和えて粘り気が出るまでよく混ぜる
②そうめんを茹でてよく水気を切る
③お皿にそうめんを①を乗せ、希釈しためんつゆを適量かけてお召し上がりください

※料金(感謝の言葉)は調理人と食材へお支払い下さい。

食べだしたら止まらない！

枝豆のアヒージョ風

《材料》	
・枝豆……………100～150g	・鷹の爪(輪切)……………1本分
・オリーブオイル……………大さじ2	・マジックソルト……………適量
・ニンニク……………2カケ	

《作り方》

①ニンニクはみじん切りにし、枝豆は洗ってハサミで両端を切り落とす
②フライパンにオリーブオイルとニンニク、鷹の爪を弱火で熱しニンニクの香りが立ってきたら枝豆を炒める
③最後にマジックソルトで味付けをしたら完成



※味の濃さは各ご家庭で調味下さい

簡単！おしゃれ！美味しい！

タコとミニトマトのカラフルマリネ

《材料》	
・タコ……………適量	・エコープ ほめられ酢……………大さじ3
・ミニトマト(赤・黄)……………各3個	・オリーブオイル……………大さじ1
・きゅうり……………1/2本	・レモン汁……………小さじ2
・モッツアレラチーズ……………約4～5個	・塩コショウ……………適量

《作り方》

①タコはぶつ切りに、きゅうりは乱切りにする。ミニトマトはヘタを取りよく洗う
②ボウルに全ての材料と調味料を入れて和えたら完成



お酒がすすむ！ご飯もすすむ！

スタミナやっこ

《材料》	
・豆腐……………1丁	・糸とうがらし……………少量
・牛肉……………50～70g	・卵黄……………1個
・ニンニク……………1かけ	・ごま油……………大さじ1
・ニラ……………1/3束	・醤油……………大さじ2
・ナス……………1/4個	・砂糖……………大さじ1
・白ごま……………適量	・みりん……………小さじ1

《作り方》

①豆腐は水気を切っておく
②ニンニクは微塵切りに、ニラは約3cmの長さに、ナスは小さくコロコロに切る
③熱したフライパンにごま油をひきニンニクを炒め、香りが立ってきたら牛肉を炒め、軽く火が通ったらナス、ニラも加えて炒める
④調味料を入れてざっと炒めたら豆腐の上へ
⑤白ごまをふりかけ卵黄を乗せ、最後に糸とうがらしのをせたら完成
※余った卵白は飲んでください(半冗談)

ビールに◎ワインとも◎

トマトとナスのラザニア風

《材料》	
・ナス……………1本	・オーロラソース……………大さじ2
・トマト……………1個	・ケチャップ……………大さじ2
・ニンニク……………1カケ	・とろけるチーズ……………適量
・玉ねぎ……………1/3個	・乾燥パセリ……………少量
・挽き肉……………200g	・オリーブオイル……………大さじ2
・塩コショウ……………少々	

《作り方》

①ナスは5mm幅のいちょう切りにし、耐熱容器に入れてラップをし、500wの電子レンジで2分加熱する
②ニンニク・玉ねぎはみじん切りに、トマトは5mm幅のいちょう切りにする
③フライパンにオリーブオイルをひいてニンニクを弱火で熱し、香りが立ってきたら玉ねぎを加えて中火で透明になるまで炒める
④挽き肉を加えて火が通るまで炒めたら塩コショウで軽く味をつける
⑤耐熱容器にトマト、挽き肉、ナス、オーロラソース、トマト、とろけるチーズを順に乗せ、200℃に熱したオーブンで20分加熱する
⑥仕上げに乾燥パセリをかけたら完成



ビールが止まらない黄色い悪魔

とうもろこしの天ぷら

《材料》	
・とうもろこし……………1本～2本	
・エコープ あげらく天……………1/2袋	
・塩やカレー塩……………適量	

《作り方》

①とうもろこしの葉・ひげを手でむしり、粒をとる(とうもろこしを縦に立てて包丁で削ぎ落とす方法が楽。芯は粒と精白米と少量の塩で炊いて、炊き込みご飯にする◎)
②粒と水で溶いたあげらく天を混ぜ合わせ、油で揚げる
③カラッと揚がったらお好みで塩やカレー塩等でお召し上がりください。