

今月の産地・メーカー
有大地と自然の恵み

有機栽培で育てた にらとミニトマト



高知の太陽と水で育った青々としたにらを卵焼きに混ぜ込んで。お日さまの色をしたミニトマトも添えて春のお弁当のできあがりです。

自分たちが安心して食べられる物を 多くの人に提供したいから

「有大地と自然の恵み」では、これから有機農業に取り組みたいと考えている農業未経験者を積極的に受け入れています。代表の小田々さん自身もサラリーマンを辞めて高知県にUターンし、農業を始めました。農業にかぶれる体質で、有機農業に取り組み前は、農薬散布の前にかぶれ止めの薬を塗ってから作業を行っていたそうです。

2人目のお子さんが生まれた頃に、自分の一生の仕事として、農薬散布の作業を我慢して行いながら農業を営んでいくのはイヤだと思ふようになり、有機農業に取り組む会社として1996年に「有大地と自然の恵み」を設立しました。会社設立と同時に3つの理念を定めています。

- ①自然界と総合的に共存、共栄を行う。
- ②有機農業を営む人達が誇りを持って農業に取り組めるような社会環境作りに努力する。
- ③豊かな大地と自然を次世代に引き継



スタッフ同士連携して作業を行います

ぐことが出来る総合的な環境作りを行い、生産、流通、消費と有機農業に携わる全ての人に恵みが得られるように努める。

この理念に共感するスタッフが集まり、日々、汗を流しています。

農機具メーカーから転職した若手生産者の北村さん。農家の方々のお宅に営業を行い、



北村和馬さん

どんなところで栽培しているの？

「有大地と自然の恵み」のある香美市香北町は高知県の北東部に位置し、海拔1000mほどの所にあります。

冬には畑から望む山脈に、白く雪が残ります。町の86%が森林で、その中心を物部川が流れています。恵まれた環境にある河岸段丘には、肥沃な土壌も存在します。

その肥沃な土壌と寒暖差のある自然豊かな気候により、有機栽培で育てた野菜の甘みや旨み、香りが増していくのです。中でも地元で昔から作られていた野菜は有機栽培で元気によく育ちます。その土地に合ったものを、心を込めて育てています。



(有)大地と自然の恵み

にらとミニトマトを栽培している理由

住所の「生野」というのは、「にらの生きる野原」と書くように、昔からにらの生産が盛んな土地。現在、生産している野菜は高知県の特産品で地元で作られていたものの中から、有機農業で必須の「輪作しやすいこと」、「物流コストに見合ったもの」といった基準で選ばれた8品目です。

ミニトマトは、輪作に向いていること、生産している野菜が緑色の野菜が多いため、彩りの役割も果たしています。有機栽培する上での苦勞としては、気温が上がってくると虫害が増え始め、夏場の生産が難しくなることです。

にらとミニトマトのここが魅力

太陽の光と水分をたっぷりと吸収したにらは、鮮やかな緑色をしており、えぐみも少なく、歯切れ良く育ちます。加熱し過ぎると食感がなくなるので、火を通す程度の調理が向いています。

高知県は日照量が多い土地柄です。太陽の光をたっぷり浴びたミニトマトには甘み、旨み、酸味を感じることが出来ます。生食はもちろんですけど、加熱調理も向いています。例えば味噌汁の具として加熱すると、うまみが多く溶け出し、甘みと酸味が際立ちます。冷蔵庫で保存する場合はヘタを取った方が長持ちします。



有機ミニトマト 150g
3月4回参考価格：
¥318円(税込343円)



有機にら 100g
3月4回参考価格：
¥198円(税込213円)

ビタミンもミネラルもたっぷり！



代表の小田々智徳さん

「有大地と自然の恵み」七つ道具
スマートフォンは連絡用。はさみは草の除草。モンキーレンチは機械などの整備。きれいな靴は出荷場や車などを汚さないよう。ほうきとちり取りは掃除。メジャーは正確な間隔で種まきするため。

colum コラム

にらの香りはなぜ強い？

にらの香りの元は、硫化アリルという物質です。にらの根元には葉の4倍もの硫化アリルが含まれているため、特に根元はにら独特の匂いや風味が強くなります。にら好きにはたまらないですね。根元をカットする場合は、カットした断面から水溶性の栄養素が流出してしまうため、先に洗ってからカットするようにしましょう。

MOGMOGレシピ 調理時間 5分

にらが主役！
栄養満点「にらのしゃぶしゃぶ」

材料(2人分)
にら…2束(200g)
豚バラしゃぶしゃぶ用…200g
水…5カップ
だし昆布…10cm
ぼん酢…適量

ワンポイント!
あまり火を通さず、サッとしゃぶしゃぶするのがポイントです。

作り方
1 にらは4~5cm長さに切る。
2 鍋に水とだし昆布を入れて火にかける。
3 2が沸騰したら、1と豚肉を入れてしゃぶしゃぶして、ぼん酢で食べる。