

Fan Fun FOOD!

語る。作る。味わう。

JA Nanporo
Community Paper

VOL. 51

Cabbage

キャベツをつくり続けるために

南幌町は、昭和60年にキャベツの産地指定を受け、キャベツの生産に取り組んできました。平成18年をピークに、高齢化や人手不足によって、キャベツから機械収穫が可能な作物に切り替わる一方で、キャベツの生産を続けていくために、平成29年から「加工業務用キャベツ」の栽培を始めました。南幌町のキャベツを守るために、今日も生産者はキャベツの栽培を続けています。

キャベツ部会

加工キャベツ取組戸数 4件

面積 19,965坪(660a)

品種 おきなST、パサート

JA NANPORO
Cabbage

「加工業務用キャベツ」ってなあに？

加工業務用キャベツ(以下、加工キャベツ)はカット野菜など、加工した状態で販売されているキャベツの原料のことです。実は、国内で流通しているキャベツの半分以上が、加工業務用に使われているそうです。加工用に使われるキャベツは、歩留まりや作業性が重視されるため、生食用のキャベツ(以下、生食キャベツ)より大きなサイズが求められ、その大きさや形が機械での収穫に向いています。また、大型コンテナにまとめて出荷できるため、箱詰め作業に時間がとられません。作業時間を大幅に削減でき、作業者の体力的な負担の軽減や作業効率化が期待されています。

加工キャベツと生食キャベツの違うところ

加工キャベツ

- 1玉3kg程
- 定植から収穫まで3週間程度
- 機械で収穫
- コンテナでまとめて出荷



生食キャベツ

- 1玉1.5kg程
- 定植から収穫まで2週間程度
- 包丁を使って手で収穫
- 大きごとに箱詰して出荷



カット野菜のメリット

近年、スーパーなどでもカット野菜が増えてきました。ライフスタイルが変化して、食の簡略化が進み、購入してすぐに食べられるカット野菜の需要が高まっています。カット野菜は、栄養面などに対する不安の声も少なくありませんが、栄養素が全て抜けているわけではありません。野菜に多く含まれている水溶性ビタミンが、洗浄や加工などによって、様々な影響を受けているのは事実ですが、家庭で生野菜を洗って食べるときも、栄養素が流出するのは同じです。カット野菜でも十分に野菜不足の解消に役立つので、忙しい朝の時間や野菜が不足していると感じた時に、手軽に食べられるカット野菜を利用してみたいはいかがでしょうか。

- ・**手間が省ける** 野菜料理を作る時に面倒な、洗う・切るといった下準備や、使い終わったまな板や包丁を洗う作業が必要なく、料理をする時間が省けて時短になります。
- ・**手軽に野菜が食べられる** スーパーやコンビニなど、どこでも購入することができるようになってきました。簡単に手に入り、簡単に野菜を食べることができます。
- ・**使い切れる** 1食分のように、小さい単位で販売されているため、必要な時に無駄なく使うことができます。
- ・**生ごみの量が減る** 生の野菜を使うと、芯や皮など必ず生ごみが出てしまいます。夏場など生ごみの処理は億劫ですが、カット野菜で出るゴミは、袋だけですみます。

キャベツの種類

キャベツは形や品質により、寒玉系、ボール系、サワー系の大きく3つのタイプに分けられます。南幌町の加工キャベツは寒玉系、生食キャベツはボール系です。かつてサワー系を栽培していたこともありますが、現在は栽培していません。

加工キャベツはコレ!

寒玉系

形は平べったく、葉はかためて巻きがしっかりしています。かたく締まっているため、千切りにしやすく形が崩れにくいのが特徴です。また、芯の部分が小さく歩留まりが良いので、加工用に向いています。



ボール系

小ふりの丸玉で、グリーンボールとも呼ばれます。葉が肉厚で柔らかいのが特徴で、生でも良いです。煮込み料理にしてもおいしいです。南幌町の生食キャベツは全て、グリーンボールです。



サワー系

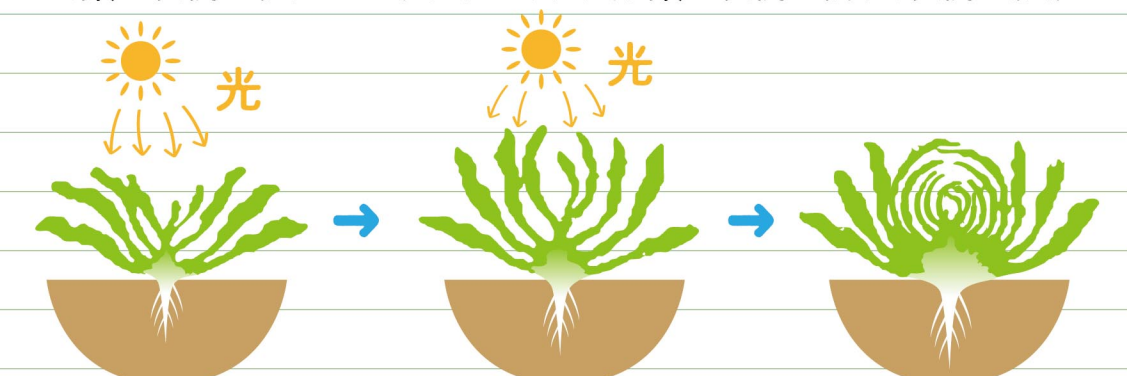
丸い形で巻きが緩く、葉が柔らかいのが特徴です。つやがあり、表面にしわがあるものが多いといわれています。サワー系で春に栽培されるものを春キャベツといい、柔らかく甘みを感じやすいキャベツです。



キャベツが丸まる仕組み

キャベツのように葉が巻くものを「結球(けっきゅう)野菜」といいます。キャベツのほかに、ハクサイや玉レタスなどもこの仲間です。キャベツも、初めは平らに葉を出しますが、後から出てきた葉は、外に開くことができず葉が立ち上がり、茎頂部に日光が当たりにくくなると結球が始まります。これは、葉や茎を伸ばす「オーキシン」という植物ホルモンの働きによるものです。茎から葉に移動した

オーキシンは、葉の表に日光が当たると、葉の裏側に移動します。オーキシンが葉の裏側に偏り、裏側の細胞を大きくしていくため、葉は内側に曲がっていくと考えられています。後からできた葉も、次々と内側に巻いていき、中心の葉を包むように生育しながら大きくなり、球の形を作っていきます。



語る。

加工キャベツの 生産から出荷まで



ハウスの中で苗を育てていきます。



一定の大きさまで育ったら機械で畑に植えていきます。



葉が増えてくると害虫がつきやすくなるので、よく観察して防除や追肥をします。



加工キャベツは機械を使って収穫できるのが大きな特徴です。収穫機は縦長で、収穫したキャベツがコンベアを流れて、機械の後方で選別作業をします。外側の葉を剥き綺麗な状態にして、コンテナに収納していきます。



コンテナがいっぱいになったらJAなんぼろ集出荷センターに運びます。



包丁を使って一つずつ手で収穫していきます。外側の皮を剥いて、大きさごとに分けてその場で箱詰めしていくので、加工キャベツより収穫作業に時間がかかります。



集出荷センターへ運ばれたキャベツは重さを計量し、コンテナのまま予冷庫で保管します。キャベツの値段は重さで決まります。



オーダーに基づき、取引先へ出荷します。



箱詰めされた状態で予冷庫で保管します。キャベツの値段は規格(大きさ)と品質で決まります。

生産者のお話

キャベツ部会
部長 本間 達也さん
(有限会社ライフ)



本間さんは農業大学校を卒業後20歳で就農し、16年が経ちました。農家の父の背中を見て育ち、物心ついたころには“自分も農家になろう”と決めていたそうです。就農して以来キャベツの栽培に携わり、若手の農業者として南幌町の農業を支えています。

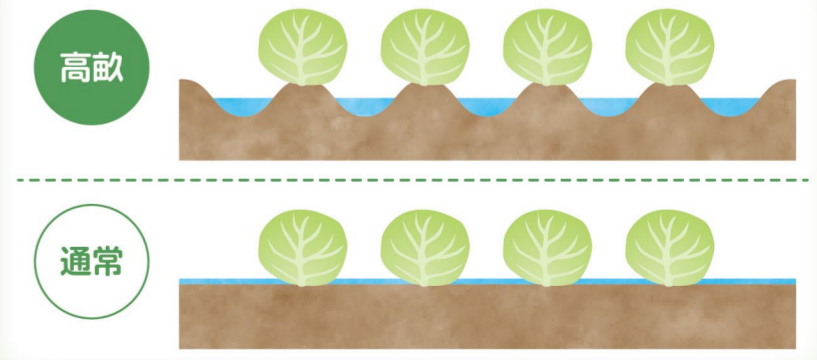
加工キャベツは重量勝負!

「南幌町で加工キャベツの栽培を始めた当初から、うちでも取り組み始めました。キャベツは重さのある野菜で、生食キャベツでも1玉1.5kgくらいはあります。高齢化や人手不足などが課題となり、栽培をやめる人もいるのが現状です。そこで、産地としてキャベツの栽培を守るための方法を部会で考え、機械収穫が可能な加工キャベツの栽培に挑戦することになりました。収穫機を部会で導入し、現在は4件で栽培しています。1台の機械を4件で使っているので、定植のタイミングをずらして、収穫時期が重ならないようにしています。収穫は基本的に機械で行いますが、外側の葉を取ったり、コンテナに入れる作業は手作業です。キャベツの重さが1玉3kgくらいあるので、腱鞘炎になりそうなくらい大変です。でも、加工キャベツは重くてなんぼ! 重ければ重いほうがいい、重量勝負なので重くて辛いのは、嬉しい悲鳴でもあります。辛い部分もありますが、箱詰め作業がない分1日で収穫できる面積は多いので、効率よく作業を進めていけたらいいと思っています。」

綺麗に作る努力をしてきました

「日本では虫食いはもちろん、傷もない綺麗な商品が求められます。加工キャベツも、加工するからといって傷などは許されないの、生産者は綺麗に育てるための努力をたくさんし

ています。特に今年はモンシロチョウが多くて・・・葉の裏側に卵を産み付けるのですが、これがふ化して芋虫になると、キャベツの葉が食い尽くされてしまいます。被害が出る前に防除できるよう、定期的に圃場に来て観察しています。うちでは生食キャベツも栽培していますが、同じキャベツでも加工用と生食用ではタイプが違います。加工キャベツを始めたころは結構苦労しましたよ。寒玉系のキャベツは、腐らないイメージがありましたが、意外と腐るし・・・雨に当たりすぎるとうまくないし・・・収穫のタイミングを間違えると、収穫するときに包丁で芯を切った時に“ポフッ!” って音を立てて破裂するし・・・。湿害の対策としては、生食用でも取り入れてる高畝にして、水の通りを良くして栽培しています。野菜の成長に水は欠かせませんが、雨が続くと多湿になり、病害虫の発生が多くなったり、腐りの原因となります。収穫は欲張ると破裂してしまうので、キャベツと要相談。傷がつくと商品として扱ってもらえないので、大事なポイントです。試行錯誤しながら栽培できて、3年目くらいからいいものが採れるようになってきました。綺麗に作ると収量も上がっていくもので、6年前と比べると格段に上がっています。だんだん加工キャベツの特性もわかり、管理にも自信ができてきたところです。大事に育てて、“いいものを、たくさん”作れるように努力していきたいと思っています。」



カットキャベツで ボリュームたっぷり! わんぱくサンド弁当♪

カット野菜の千切りキャベツを使って、おしゃれにサンドイッチを作ってみませんか?千切りキャベツのシャキシャキ感がいいアクセントになります♪



サンドイッチの持ち運びで気を付けたいこと!

水分の少ない具材をつかう

持ち歩き時間が長くなるので、冷めた状態でもおいしく食べられる、ハムやチーズ、卵などの食材を使うことがポイントです。トマトなどの水分の多い野菜は、時間が経つとパンにしみこんで、べちゃべちゃになってしまいます。水気はよく切ってから使うようにしましょう。



当日につくる

前日に作ると、食材の水分がパンにしみこんで、べちゃべちゃになってしまいます。また加熱していない具材は、傷む原因にもなります。冷蔵庫で保管するとパンがかたくなってしまいますので、できる限り当日に作ることをおすすめします。

食中毒に気を付ける

水分が多いと雑菌が繁殖しやすく、温かいまま包むと蒸気がこもって水分となり、傷みの原因になります。夏場は特に、食中毒や温度の対策が大事になるので、持ち運ぶときは保冷剤などで温度を下げ、お肉や卵はしっかり加熱して菌を死滅させましょう。手や容器の除菌などもすると、より効果的です。

キャベツの千切りポイント!

- ①キャベツの葉を1枚ずつはがして洗う
- ②芯を切り外して葉を半分に切る
- ③半分にした葉をもう半分に切り、手前からしっかり巻く
- ④1ミリ幅くらいに細く切ってせん切りにする
- ⑤冷水(夏場は氷を足してキンキンにするとよい)に2~3分程さらす
- ⑥シャキツとなったらしっかり水気を切って完成!

切る向きで歯ごたえや舌ざわりが変わる?!

葉脈(繊維)に対して

横向きに切る → 繊維を断ち切るのでふわふわした食感になる

縦向きに切る → シャキシャキとした歯ごたえのある食感になる



わんぱくサンドの作り方

作り方の基本は同じ。コツを意識して、綺麗な断面を目指しましょう!

コツ

- ★カラフルな食材をたっぷり!
- ★パンの厚さは厚め!
- ★食材は細めに切ること!
- ★食材とパンの長さは揃える!



作り方

- ①パンにバターやマヨネーズを塗る(野菜の水分をパンにうつさないためにも大事!)
- ②食材をのせる(切った後の断面を想像しながらパンの中心にのせる!)
- ③ラップでしっかり包み、冷蔵庫で10分ねかせる
- ④断面を意識して、切れ味のいい包丁で真ん中をカット!

食材

- 千切りキャベツ
- キャロットラペ
- 茹で卵
- ハム
- チーズ
- マヨネーズ



食材

- 千切りキャベツ
- コロッケ(お惣菜なんでも!)
- ソース
- キュウリ
- チーズ



新型洗車機 導入決定!



令和4年9月1日(木)
稼働スタート!!!!

最高の泡と強力な高圧ジェットで泥やホコリ汚れをキレイに落とします。



下部洗浄

高圧ジェットでボディの下廻りをサビから守ります。

クリーミーな泡



汚れを落とす大切な泡。独自開発のクリーミーな泡を使用しています。ボディをやさしく包み込み車全体の汚れをスッパリ落とします。

高圧ジェットスプレー



「動く2本の強力ジェット」がしつこい汚れをスッパリ吹き飛ばします。高圧ですが愛車を傷つけることはありません。

当店おすすめコーティングメニュー

強ガラス系コーティング **プロストコート**

「高流水性」で水滴を残さない! 高密度の平滑な厚い被膜を形成することで、より高い流水性と耐久性と光沢性を実現。



※価格は全て税込表記となります。※写真はイメージです。実際の製品とは異なる場合がございます。



JAなんぽろ ホクレン南幌セルフ給油所

空知郡南幌町中央3丁目3番15号

お問い合わせはコチラ

☎011-378-2221



LINEのお友達登録で
特典GET!!

登録はコチラ!



公式Instagram
始めました!

フォロー・いいね
お願いします!

