



JAPANESE RADISH 大根

野菜くらの

野菜 百科

私たちが **育** っています。

私たちの **こだわり** はここ！



中村英男



山田 浄



茂木清七



芳野 謹一



高橋 渡



井上 嘉輝



中澤 昭男



矢口 岳夫

■大根部会の方針■

■目的

「人づくり・土づくり・感動する大根づくり」をモットーに、食べたときに、感動していただけるような大根づくりをめざし、日々努力を重ねています。

■目標

よい大根はよい土から生まれます。土と大根の力を、最大限引き出すことを目標に、良質な土壌をつくるよう努力しています。

■方法

有機質肥料・たい肥を中心とした土づくりをして、大根がすくすく育てる環境づくりを、めざしています。

●動物の被害が、ひんぱんに…

赤城山や周辺の山でもシカ、サル、イノシシの被害がでます。ネットなどで対策をしていますが、被害が出るとガックリ。共存はしたいのですが…。

畑で知る おもしろ知識

●トウ立ちが出ないように

大根の葉のまん中から花が咲いてしまうことがあります。こうなると大根にスが入ってしまうので、注意が必要です。

●ふた股大根は加工して

どうしてもふた股になる大根ができてしまいます。出荷できないので、あたまと先の部分を切り落として、加工用にします。

たい肥と有機質肥料で、しっかり土づくり

手ですくったときにさらさらで、色の黒い土が、肥沃な畑の証拠です。たい肥と有機質肥料を中心に投入して、しっかりと土づくりをしています。



品種を変えたり、マルチの厚さを変えます

大根はもともと涼しい時期のほうが作りやすいのですが、作りづらい夏場は、マルチの厚さを変えて温度調節をしたり、さまざまな品種をまくなど工夫しています。



部会を毎週開いて、情報交換しています

大根部会を毎週開いて、情報交換を密にし、取引先さまに、よりよい大根を出荷できるよう、努力しています。



だいこん STORY

知る 「大根役者」は、大根のほめ言葉

古代エジプトから食べられ、日本へは弥生時代に渡来。江戸時代には板橋、練馬、浦和、三浦半島で栽培され、練馬大根、三浦大根は今でも有名です。「大根役者」という言葉は、実は大根のほめ言葉。どんな食べ方をしても中毒しない、つまり「当たらない」からだとか。

摂る ジンジャーゼト、ビタミンが豊富

ビタミンCや、消化を助けるジアスターゼなどの酵素が豊富。ジアスターゼは熱に弱いので、効果的に食べるなら大根おろしで。食物繊維の整腸作用で、胃の弱い人や便秘の人にも効果があります。また葉にも、ビタミンCやビタミンAなどがたっぷりです。

食べる 生でも、煮ても、保存食もOK

食べるのは主に「大きい根」の部分ですが、アブラナ科なので葉っぱも美味。オイルマイティに使い、切ってサラダに、おろしてよし、煮てよし、切り干し大根などの保存食にも適しています。ぜひとも食べ尽くしてください。

