

ちゃ お

「平塚食べ CIAO!!」

平塚の農家等による、平塚産農産物等 PR 番組

新鮮な野菜等を食べて、HAPPY な毎日になっチャオ♪

Part1 放送 12/15-1/14

毎日 10:35~10:45

18:45~18:55

土曜日を除く 20:05~20:15

SCN 湘南チャンネルにて放送

※12/28~1/8 は除く



記念すべき第一回の放送は…「瀬下亮」さん

美術教師をしていたが、東日本大震災の被災地で1年間ボランティア活動をしたのを機に、自然とかかわる仕事がしたいと2015年に就農し、減農薬でビーツ等の栽培をしています。

今回紹介する野菜は・・・「ビーツ」とカラフルな「ニンジン」

ビーツは、カリウムや葉酸が豊富で、カリウムは、高血圧の予防に、葉酸は妊産婦の欠乏症の改善や認知症予防に効果的です。ニンジンも、一般的にカロテンが豊富。油と一緒に摂取することでビタミンAの効果がアップします。



当事業は、神奈川県湘南地域県政総合センター協賛の事業で、県が推進する「未病改善」の取組に同調し、地産地消による健康増進と農水産業の理解促進を目的としています。

事業主体：平塚市農水産課（協力：健康課）
協賛：神奈川県湘南地域県政総合センター
制作・放送：湘南ケーブルネットワーク

「平塚食べCIAO!!」

平塚の農家等による、平塚産農産物等 PR 番組

瀬下さんの野菜作りへの思い・・・

中学校の美術教師をしながら、彫刻家として活動していたが、農業における新しい価値感や豊かな食生活の提供の興味を持ち、就農をしました。美術家の経験から、世の中にない商品作り、人とは違うアプローチをすることを心掛けています。そのこだわりは、パッケージに表れています。瀬下さんが愛情込めて作った野菜を、是非手に取ってください。

今回紹介した、瀬下さんの野菜は、こちらで購入が可能です！

- ・あさつゆ広場
平塚市寺田縄424-1
- ・ヨークマート北金目店
平塚市北金目1-6-1
- ・フードワン鶴巻店
秦野市鶴巻北1-16-3
- ・軽トラ・ファーマーズ
次回出店イベントについては、農水産課 0463-35-8102 へ



今回紹介したレシピ 「ビーツのきんぴら」

材料

- ・ビーツ 1個
- ・ごま油 大さじ2
- ・三温糖 大さじ1
- ・白だし 大さじ3
- ・唐辛子 小さじ1

作り方

- ① ビーツをスライサーで細切りにする
- ② フライパンにごま油をひき、ビーツを中火で炒める
- ③ 白だし、砂糖を入れて味をととのえ、完成

作り方動画や、「ビーツのサラダ」のレシピは、「SCN 湘南ケーブルネットワーク youtube チャンネルへ!!」 → → → → → → → → →
https://www.youtube.com/channel/UCxO9_p165cfOc1BCo66S_pQ



軽トラ・ファーマーズとは・・・

地元の農家さんが一生懸命作った自慢の農産物を直接みなさまに届けたい!!
そんな気持ちから生まれたのが「軽トラ・ファーマーズ」です。
地元で生産された農産物を PR することを目的として、軽トラの機動力を生かして
様々なイベントへ出店しています。
販売する農産物は季節ごとに変りますので
お楽しみに♪

(問い合わせ)
平塚市産業振興部農水産課農業政策担当
電話：0463-35-8102