

地域のできごと

R5.12

農村生活マイスター協会更埴支部 頑張って活動しています!

更埴支部では、今年と来年の二年をかけて小麦栽培と活用に取り組む計画を立て、秋晴れの10月23日に会員15名で、およそ16aの田んぼに小麦「しろゆたか」をまきました。条の長さは50mほどで30cm間隔に溝を切り、種子をまいていきました。昔のやり方など話しながら約5時間かけてまき終えたときには、達成感とともに心地良い疲労感もやってきました。今から、順調に生育して、たくさん収穫できることを期待しています。

11月1日には、牛乳・乳製品利用料理講習会を戸倉創造館調理室で開催しました。

J A全農長野の管理栄養士さんを講師に招き、6品のメニューを実習しました。そのうちの1品は牛乳かんのパッククッキングです。ポリ袋に粉寒天と水を入れてしっかりふやかし、よく溶けたところに牛乳と砂糖・練乳を加えて沸騰している湯の中に入れ、15分ほど加熱して人肌程度に冷めたら切り分けます。使う道具が少なく屋外での調理にも使えるような調理法です。他の5品も手際よく作り約2時間で出来上がり、各自容器に入れて持ち帰りました。不足しがちな乳製品を、上手に日々の食事に取り入れていきたいものです。

1月には「気功」を体験して健康づくりに役立てていく予定です。

(地域第二係 柳澤)



30 cm間隔で溝を切る



溝に種子をまいていく



講師の手元を見つめる参加者



できあがった6品



出芽した小麦