



牛乳

当JA管内は酪農が盛んです。今回は富士宮地区の取り組みをご紹介します。

地産地消でもっとおいしさを届けたい

じのくに新商品セレクションで金賞を受賞しています。

富士宮市では昭和29年に朝霧高原が国から高度集約酪農地域に指定されて酪農が盛んになり、現在では市内各地域で高品質な牛乳が生産されています。



同市内酪農家などでつくる富士の国乳業(株)は、富士・富士宮両市の学校給食に富士宮産100%の牛乳を提供するほか、ヨーグルトなどの乳製品も製造・販売しています。「PREMIUM(プレミアム)ヨーグルト」は、静岡県の「ふ

耕畜連携 牛乳消費を支援!

富士宮地区では、昨今の世界情勢による家畜飼料の高騰対策の一環として、地元稲作農家から稲わらを回収し、飼料に生かす実証試験を行っています。今後も生産者支援とSDGs、循環型農業につながる取り組みを目指します。当JAでは牛乳の消費拡大に向けて、ファーマーズマーケットで、「牛乳の日」や「ヨーグルトの日」にあわせた乳製品の無料配布イベントを行うなど、おいしさを広くPRしています。



POINT

暑い夏は食べやすく栄養満点の冷製スープで元気をチャージ!

もっと牛乳活用!

カンタン! 牛乳と長芋の冷製スープ

材料(4人分)

牛乳	3カップ(600cc)
長芋	250g
タマネギ	25g(1/8個程度)
クレソン	25g(1/2束)
オリーブオイル	大さじ1
バター	10g
コンソメ顆粒	小さじ4
白みそ	大さじ1/2
ピンクペッパー	お好みで少々

作り方

- 1 長芋を洗ってヒゲ根をとり、端から5cm程度を残してそれ以外は皮をむく。皮をむいた部分(大体200g程度)をミキサーで混ぜられるサイズに切る。皮付きの部分はクルトン用に1cm角のサイコロ状に切り、よけておく。
- 2 タマネギは薄く切り、耐熱容器に入れてふんわりとラップをかけ、600wのレンジで30秒加熱する。クレソンはきれいに洗い、ミキサーのサイズに合わせて切る。
- 3 ミキサーに牛乳、①の皮をむいた部分の長芋、②の粗熱をとったタマネギと切ったクレソン、Aを入れ、滑らかになるまで攪拌(かくはん)する。
- 4 フライパンにオリーブオイルとバターを入れて軽く熱し、①の1cm角に切った皮付きの長芋を入れ、あまり触らずじっくりこんがり焼きつける。
- 5 器に③のスープをよそい、④のをせて、お好みでピンクペッパーを飾れば完成!

栄養素

良質なタンパク質を含む牛乳で血中アルブミンを増やすのが「発汗上手の夏向きカラダ」を作るコツです。長芋には胃粘膜を保護する糖タンパク、消化酵素、腸内細菌のエサになる水溶性食物繊維、血糖値の上昇を緩やかにするレジスタントスターチも含まれています。



レシピ監修
野菜ソムリエ上級プロ
とよやま ゆみ
遠山 由美さん



ココで買えます



う宮~な

所在地 富士宮市外神123
電話番号 0544-59-2022
営業時間 8:30~16:00
定休日 火曜日(祝日除く)、年末年始

