

食と農の魅力が **ギュッ**

ふじ伊豆



Fuji Izu

旬のレシピ
今日の食材
富士山
イチョウ娘

ギンナンのおこわ

材料【4人分】

- もち米 2合 (300g)
- ギンナン 15粒くらい
- ニンジン 1/8本 (20g)
- レンコン 1/4節 (55g)
- ゴボウ 1/8本 (20g)
- シイタケ 1枚
- 山菜 お好みで
- 砂糖 ひとつまみ
- しょうゆ 大さじ1と1/2
- 酒 大さじ1
- みりん 大さじ1
- だし汁 ~360ml

作り方

- ①もち米はサッと洗って、ザルで水気をきっておく。
- ②炊飯器に①を入れ、Aにだし汁を加えあわせて360mlにしたものを注ぎ、よく混ぜ30分ほどなじませる。
- ③殻を取ったギンナンを鍋に入れてかぶるくらいの水でゆでる。沸騰したら弱火で5分ほどゆで、玉じゃくしの底で軽く押し転がし薄皮をむく。
- ④ニンジンは細切り、レンコンは薄切り、ゴボウはささがき、シイタケはスライスする。
- ⑤②の上に③、④、お好みで山菜を広げてのせ、炊飯する。

POINT 具は炊飯前に煮ておくとう味がよく染み込みます。その場合は、具と煮汁を分け、煮汁にだし汁を加味して炊飯分量の水加減にしてください。
※ギンナンの食べ過ぎによる中毒にご注意ください。

生産者の声

富士宮市
わたなべ はるみ
渡邊 晴巳 さん
富士宮銀杏部会 部長

長い月日をかけて適正品種を模索し、前身の組織を経て部会を設立。今年25年目を迎えます。高品質出荷のために生育管理や出荷規格に沿った選別を徹底し「富士山イチョウ娘」のブランドを守っています。今が旬のおいしさを、ぜひご家庭で味わってください。

富士山イチョウ娘のご購入は

う宮〜な
富士宮市外神123
午前8時30分〜午後4時
休 火曜日(祝日除く)・年末年始
TEL 0544-59-2022

※電話注文・発送・お取り置きはできません。
※むき身は出荷量により取り扱いのない日もあります。

JAふじ伊豆・インフォメーション

地域農業の恵みにふれる!

農業祭・農協祭のご案内

11月から管内の8地区33会場で農業祭・農協祭を開催します。各地区で特色あるイベントを企画しています。「おいしい」と「わくわく」を探しにぜひ足を運びください。皆さまのご来場をお待ちしています。

抜粋してご紹介 /

第3回JAふじ伊豆 御殿場地区農協祭	日時 11月16日(土)午前9時〜午後3時	場所 JA育苗・種子初センター(御殿場市板妻606-1)
第3回JAふじ伊豆 三島函南地区農業祭	日時 12月8日(日)午前9時〜午後2時	場所 三島市長伏公園(三島市長伏274-3)
第55回 沼津農林まつり	日時 12月15日(日)午前9時30分〜午後2時	場所 キラメッセぬまづ(沼津市大手町1-1-4)

その他の会場日程や詳細は当JAホームページをご覧ください

牛乳を飲んで酪農支援+eco(エコ)

トイレトペーパー交換会のご案内

牛乳パック(1ℓサイズ)10枚でトイレトペーパー1個と交換します!(上限なし)

日時 11月10日(日) 午前9時〜午後1時

場所 みしまるかん(三島市谷田235-8)

当日は丹那牛乳の特売も実施

- 紙パックは洗って切り開き、乾かしてお持ちください。
- 牛乳以外の紙パック(1ℓ)でも交換可能です。

協力:コアレックス信栄株式会社

お問い合わせ 営農販売部 特販課 TEL:055-957-0380

県内金融機関における相続手続き共通化のご案内

JAふじ伊豆では令和6年10月1日から、組合員・利用者の皆さまの利便性向上を目的に、貯金等の相続手続きにかかる書類・手続きを、株式会社静岡銀行をはじめとした県内複数の金融機関と共通化いたしました。

これにより、相続手続きの際にご記入いただく書類の項目を共通化するとともに、一定の基準を満たすお客さまについては、相続人代表者1名様のみ署名・捺印での手続きが可能になるなど、お取り扱いの簡素化・共通化を図っています。

詳細につきましては、手続き時にJA支店にてご確認ください。

※相続手続きを他金融機関と共同で行うものではありません。
※当JAで共済取引、貸出取引などがあるお客さまは、上記の共通化での手続きはご利用になれません。何卒ご了承ください。

お問い合わせ 金融部 金融指導課 TEL:055-957-1106

心温まる贈り物を大切な方へ感謝を込めて

冬ギフトお申し込み受付中!

JAがおすすめする農畜産物や加工品など、90種類以上の商品をラインアップ!大切な方への贈り物やご自宅でのご利用など、ぜひ地元の逸品をご堪能ください。

申込期間 **12/3** まで

※一部、申込期間が11月22日(金)までの商品がございます。

冬ギフトのカタログはこちら

お申し込み・お問い合わせ 購買課 ギフト担当窓口 TEL:0120-243-832(平日9時〜17時) または、お近くのJA各支店、営農経済センターまで

新米キャンペーン! JAふじ伊豆大収穫祭

「新米を食べよう!」キャンペーンのご案内

当JAファーマーズマーケット・営農経済センターなどのお米取り扱い店舗で、対象の新米(5kg以上)をお買い求めの上ご応募いただいた方の中から抽選で、100名様に「ふじいず彩々 緑茶ボトル缶」(1ケース)をプレゼントします。この機会に JA自慢の新米をぜひお召し上がりください。

実施期間 **11/1** ~ **11/30** まで

対象商品 ・伊豆の恵 ・するがの極 ・ごてんばこしひかり厳選特A ・う宮米(ファーマーズマーケット精米コーナーの商品のみ) ・その他新米 ※詳しくは店頭スタッフにお尋ねください

応募方法 対象のお米を5kgお買い上げごとに応募券1枚を進呈します。応募券に氏名、住所、電話番号をご記入の上、キャンペーン期間内に店内の応募箱に投函または店頭スタッフにお渡しください。

※一部実施していない店舗もあります。 ※一部店舗では取り扱いの無い商品もあります。 ※お一人様何回でもご応募いただけます。 ※当選者の発表は賞品の発送をもって代させていただきます。

PRESENT 読者プレゼント

富士山イチョウ娘 (100g入り・各2袋入りセット) を

ご応募の方の中から抽選で **10名様にプレゼント!**

【応募方法】 応募フォーム、または、はがきにて
① 郵便番号 ② 住所 ③ 氏名(ふりがな)
④ 年齢 ⑤ 電話番号 ⑥ 職業
⑦ JAふじ伊豆と本誌へのご意見を明記してください。

【応募フォーム】
https://req.qubo.jp/ja-fujiizu/form/tabloid

【応募先(はがき)】
〒410-0822 沼津市下香貫字上陣子415-1
JAふじ伊豆 総合企画部 広報課
【締切】令和6年11月20日(水) 必着

※ご応募いただいた皆さまの個人情報はプレゼントの発送以外には使用しません。
※当選発表は賞品の発送をもって代させていただきます。 ※写真はイメージです。

旬 Season

ギンナン

Ginkgo nuts

富士宮市は県内でも有数のギンナンの産地です。「富士山イチョウ娘」の商品名で、静岡県の「しずおか食セレクション」に認定され、鮮やかな翡翠色をしたもちもち食感が特長です。

例年9月下旬頃から収穫が始まり、殻付きギンナンの袋詰め商品をファーマーズマーケット「う宮〜な」や東京の市場に出荷。「う宮〜な」では年内いっぱい販売します。平成26年には世界初となるギンナン自動殻むき機を富士宮銀杏部会で導入し、むき身も販売しています。



黄葉が美しい晩秋のギンナン園



雄と雌の木があり、雌の木にだけ種子をつける



富士山イチョウ娘



世界初のギンナンの自動殻むき機



真っ白な見た目の殻付きギンナン



富士山イチョウ娘を使った簡単レシピを裏面で紹介

中面特集

〈特集〉JAふじ伊豆の「ワサビ」

ふじ伊豆 旬のトピックス

- 柔らかく香り豊か「三島セルリー」
- 秋の味覚「四ッ溝柿」
- 間もなく「焼き芋」販売開始