

恵みある 暮らし

農政課 ☎ 23-3517

今回は水(産)ある暮らし
海苔をおいしく食べよう

◆私たちの渥美湾

田原市は三方を海に囲まれ、昔から多大な海の恵みを受けてきました。数十年前までは地引網、船曳網、角建網などで魚を獲る漁が盛んでしたが、現在では、魚を獲る漁業者は少なくなり、採貝(アサリ、大アサリなど)、海苔養殖が中心となっています。



今回は、普段何気なく食卓にあり、皆さんが食べている海苔をもっとおいしく食べてもらいたいと思い、今から旬になる海苔についてお話しします。



◆海苔の養殖

海苔は毎年10月から4月末までの秋から早春にかけて養殖が行われます。収穫期は12月から4月までで、寒風が吹き抜ける海上での作業になります。



海苔養殖は早朝に極寒の中、潮に合わせて収穫・網の管理を行い、帰ってから、ごみ取りや選別、乾燥などの工程を繰り返して製品となります。作業は常に自然との闘いで、丹精込めて作られています。海苔には、黒海苔養殖と青海苔養殖があります。近年は手間がかかる黒海苔養殖が減少し、地先漁場で採苗ができ、比較的手間のかからない青海苔養殖が増えています。

◆海の野菜「青海苔」

青海苔は、鉄分やカルシウムが多く含まれる栄養が豊富な食材です。便秘予防・高血圧予防・疲労回復・老化防止・ストレス解消などの効能があり、毎日の生活を心身ともに健康に生活するための「元気の素」がたっぷり入っています。

バラ干し青海苔は、ラーメン、うどんなどに入れたり、ポテトチップスにも使われる海苔で、スーパースタンドの駅などで気軽に手に入ります。ぜひ食べてみてください。



今月の花

1月の

渥美半島の花と鉢花

リシアンサス

(花／出荷時期:10月～6月)

花ことば

優美、希望

和洋・冠婚葬祭問わず、切花として幅広く利用されています。県内1位の出荷量で、約140万本出荷されています。



羽衣ジャスミン

(鉢花／出荷時期:1月～4月)

鉢

花ことば

愛らしさ、清純

強い香りのある白い花を咲かせます。開花前の蕾もかわいらしい鉢花です。田原市では約9万鉢出荷されています。



ここ見て！たはら

たはらスナップ

みんなのひろば

おしらせ

おでかけ情報

連載コーナー