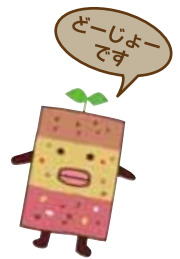


Farm products

農産物

# 管内の 農産物

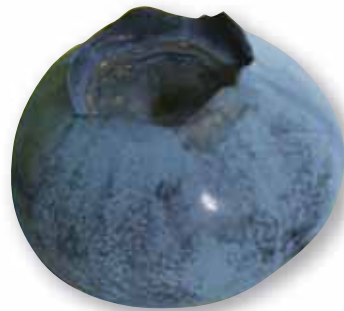
## 安佐北区三入のブルーベリー



収穫適期を見極めるのは30年の栽培歴、

紫色に輝く小さな果実、

三入の完熟ブルーベリーを紹介します。



400本の木が占領する畑。昭和61年に購入した苗木は30年を迎えとても元気よく実をつける

ヒヨドリやカラスから大切な実を守るため、一面をネットに覆われた西本さんの畑では小さな果実が今まさに紫色の光を放っています。昭和61年、減反で休耕田となることを避けるためブルーベリーを育てることに決め、苗木150本からスタートし、より強い木にと接木をしたり新品種を加えたりと現在、15アールに400本が立ち並んでいます。

ハイブッシュ系とラビットアイ系に分けられるブルーベリー、西本さんの収穫は6月初旬ハイブッシュ系のアーリーブルーから始まり、コリンズ、ブルックロップ、ブルーレイ、バークレイ…と続きます。そして8月下旬のラビットアイ系のウッダード、ティフブルーが2種類も

同じ系統の違う品種で受粉させるとよく実るため、西本さんの畑では列ごとに違う品種が並びます。全ての品種を見事に言い当てる西本さんは、収穫の完熟時期を見逃さないよう実り具合を確認し、1本の木からおよそ3キロの収穫を見込みます。「病気もなく害虫の防除もしない、草もある程度は根をかばうもの」と話す宏さんに「年中、木のお世話に手を掛けているように見えますよ」と静美さん。11月から3月までにおよぶ剪定作業、年に2回の施肥、手のかかる収穫作業、これらもご夫婦一緒に役割分担で手を携えます。

完熟を2、3粒、そのまま口にボンと入れて味わうのが1番ですが、1度にたくさん量の量が摂取することのできるスムージーをぜひお試しください。



〈食材提供者〉

安佐北区三入 西本 宏さん 静美さん

## ブルーベリースムージー

疲労回復に、美肌に…、  
効果いろいろ健康ジュース

### 材料 (2杯分)

- ・ブルーベリー……………30g
- ・冷凍イチゴ……………30g
- ・バナナ……………1本
- ・牛乳……………100cc
- ・プレーンヨーグルト……………大さじ1
- ・ハチミツ……………大さじ1
- ・レモン汁……………小さじ1

### 作り方

- ①ブルーベリーはさっと洗って水気をふき取る。
- ②ミキサーにすべての材料を入れて稼働させ、まんべんなく混ざったら出来上がり。
- ③氷を入れたグラスに注ぐ。

※時間が経つと色が悪くなるので飲む直前に作ること

(制作：イーファム)



農産物でつくろ  
れしぴれしぴ  
Special Kitchen