

Farm products

仲間

# 管内の 農産物

## 佐伯区旭園のモロッコ豆



移りゆく環境のなかで、四半世紀にわたり  
家族で作り届けるファームなおの  
モロッコ豆を紹介します。



かつては見渡す限り田畑ばかりの風景であった旭園も、現在では住宅街の中に農地が点在し、長尾さんの場合は密集する住宅に囲まれています。徹底した品質管理のもとハウスに隣接する住宅を思い家族で決めた約束事に基づいて日々作業に励みます。

2月初めに播種したモロッコ豆の収穫は、5月初旬から7月中旬まで続きます。11棟ある長尾さんのハウスのうちの5棟およそ10<sup>ルー</sup>で栽培されるモロッコ豆は、5人で分担して管理します。これから最盛期を迎え早朝5時から始める作業も、午前9時には暑さのためハウス内で過ごすことが困難となるため、長尾さんはモロッコ豆の成長の速さを全力で追いかけます。

ツルが日々驚く速さで伸びるため、高い場所での誘引も毎日の大変な作業です。



〈食材提供者〉  
佐伯区旭園 長尾 栄さん

さらに、幅2.5<sup>センチ</sup>長さ30<sup>センチ</sup>にもおよぶ大きさに驚くモロッコ豆ですが、青々と生い茂る葉やツルの間に同色の実を探すことは、栽培年数を重ねても慣れることがないと、じつと目を凝らします。

長尾さんのモロッコ豆は、農彩館五日市ファーマーズマーケットをはじめ市内スーパーで販売されています。さらに多くのおみなさんに食べていただくようと昨年、直売所「ファームなお」を敷地内に開設。収穫したものが、ある時にあるだけ店頭に並びます。25年以上栽培を続けるファームなおの育てるモロッコ豆をはじめとした野菜や花を直売所から届けます。

さっと茹でてサラダに胡麻和えに、天ぷらもおすすめの一品ですが、今回はゴーヤでおなじみのチャンプルを苦みのないモロッコ豆でぜひお試しください。

## モロッコ豆の豆腐チャンプル

手早く炒めて  
彩りよく

### 材料 (4人分)

- ・モロッコ豆……1袋(150g)
- ・豚薄切り肉………100g
- ・塩・コショウ………少々
- ・木綿豆腐………1丁
- ・卵………2個
- ・合わせ味噌………大さじ2
- ・酒………大さじ2
- ・ゴマ油………大さじ1
- ・カツオ節………1パック

### 作り方

- ①モロッコ豆はさっとゆでて、食べやすい大きさに切る。
- ②豆腐は水気を切り、大ききちぎる。豚肉は2cm幅に切り、塩・コショウで味付ける。
- ③味噌を酒で溶く。
- ④フライパンにゴマ油を入れて、豚肉を炒める。火が通ったらモロッコ豆、豆腐を加えて炒め合わせ、味噌をからめて溶き卵をまわし入れ、全体をざっと混ぜて火から降ろす。
- ⑤器に盛り、カツオ節をふりかける。

(制作：イーファム)

農産物でつくる

# れしぴれしぴ

Special Kitchen

