



〒722-1701

広島県世羅郡世羅町小国4648
TEL&FAX (0847)37-2153

E-Mail farm-01@yamamoto-family.jp
URL <http://yamamoto-family.jp/>

今月は「夏野菜をおいしく食べる」というテーマで、LiBEROの西谷シェフに聞きました。

LiBEROでは、“地場の優れた食材を大切にとらえ、ここでしか食べられないイタリア料理：広島イタリアン”をめざして取り組んでいます。

茄子の炭火焼とカラスミのカッペリーニ、オクラソースかけ

カッペリーニとは、イタリア語で“髪の毛”それ位細いパスタのことです。冷製パスタは前菜として扱い、2～3口で食べられる量のレシピで作っています。

[1] **ニンニクハーブオイル**：ピュアオイルにニンニク、ローズマリーを入れ、極々弱火でじっくりと香りに移す。

オクラ：塩もみしてから2～3分茹で種を取り、少量のレモン汁、塩、EXヴァージンオイル、水でミキサーにかけてピューレを作る。

茄子：焼いたときに爆発しないように縦に切れ目を入れ、炭火でじっくり焼く。焼いた茄子は冷水に落とさず、ふたをしてしっかりと蒸らす。そうすることで茄子の水分だけで甘く美味しく仕上がります。皮をむいて一口サイズに切って冷しておく。

ミディトマト：湯むきして1cmの角切り。

[2] ボールに茄子、トマト、ケイパー、カラスミパウダー、レモン汁、ニンニクハーブオイルを混ぜ込みソースを作る。

[3] 岩塩を入れたお湯でパスタを表示時間より2～3分多く湯がき、完全にボイルオーバーにする。湯がけたら氷水でよくしめて水気をしっかり取る。

[4] [2]のソースにパスタを入れよくなじませる。濃度はヴァージンオイルで調節する。ここで塩、コショウで味を調べてから器に盛り、オクラソース、カラスミスライスを飾る。



材料(2人前)

千両茄子	2本
ミディトマト	2個
オクラ	2本
ケイパー	小さじ 1
カラスミ スライス	6枚
カラスミ パウダー	小さじ 1
レモン汁	少量
ニンニクハーブオイル	大さじ2～3
カッペリーニ(パスタ)	30g
岩塩	湯に対して1～2%
EXヴァージンオイル	少々
塩・コショウ	適量

●LiBERO

〒730-0016

広島県広島市中区熾町10-14

宇佐川本館ビル1F

Tel 082-223-1122

<http://www.libero1122.com/>

[8月の野菜]

ズッキーニ、キュウリ
トマト、ミニトマト
クッキングトマト
ピーマン、バナナピーマン、
ナス、米ナス、
緑ナス、白ナス
オクラ、
シシトウ、伏見甘長
万願寺トウガラシ
モロヘイヤ
ジャガイモ、タマネギ
人参、間引きゴボウ
バジル、ミョウガ



期間限定！
夏野菜セット
3000円(送料込み)

8月12日～17日の間のみ
お届けする
とってもお得なセットです。

お盆の間も
野菜の収穫はお休みなし！
その日に採れた野菜を
たっぷり入れてお届けします。

帰省先へのお土産などに。
クール便でお届けします。

ドシャ降りの雨と、厳しい暑さの日々

7月12日から15日にかけて、各地でドシャ降りの雨が降りました。世羅町でも大雨警報が出て、住宅裏山が崩れ一人が亡くられました。庄原でも川がはらん。大きな被害が出ています。

今年は、梅雨明け直後から、厳しい暑さの日々が続いています。



真夏のゴボウ畑

7月24日

幻のトウモロコシ

イノシシに食べられる前に…と思って、まだ少し早いけど何本か出荷した次の日の朝、畑に行ってみると、トウモロコシが倒れている…。近づいてみると、見事に全て、食べられていました。犯人はイノシシ。親子でやって来て、一本も残さず全部食べていったようです。あー、本当に残念です。

Q1.何の花でしょう?

直径1.5cmくらい



7月17日

Q2.何の花でしょう?

ピンとそり返ります



7月17日

Q3.何の花でしょう?

夕方には閉じています



7月24日

初めて作りました 丸いズッキーニ



7月25日

ころころしていて、とってもかわいいズッキーニ。甘みがあります。

今年もいろいろ作っています キュウリ



7月25日

左から、
白キュウリ、
地ばいキュウリ、
イタリアのキュウリ、
ふつうのキュウリ

たくさん採れました ミョウガ



7月25日

冷ややかに、みそ汁に、
そうめんの薬味に…
毎年、この頃になると土の中
から頭を出します。