

JA Kinan Community Paper

# PRISM

2016.6/5  
vol.31



## JA紀南



〒646-0027 和歌山県田辺市朝日ヶ丘24-17  
TEL : 0739-23-3513 FAX : 0739-23-3451  
URL : <http://www.ja-kinan.or.jp>  
E-mail : [info@ja-kinan.or.jp](mailto:info@ja-kinan.or.jp)



収穫したてのとんだのスイートコーン。整然と詰め込まれたツブツブ感のある実の群は甘みと水分がたっぷりだ

### 紀南風物

# トウモロコシ

## 弾ける瑞々しさと抜群の甘さ！

6月、紀南地方にトウモロコシの季節が到来した。イネ科の植物、世界三大穀物の一つで、ビタミンやミネラル、食物繊維が豊富。特に根元の胚芽の部分にはリノール酸などの栄養がたっぷりだ。

JA紀南のとんだ地区で作られるスイートコーンは早生種の「ゴールドラッシュ」。粒がギツシリ詰まって、噛めば弾けるように瑞々しく、栄養価に加え甘さ抜群の味が6月の梅雨時期から楽しめる。

とんだのトウモロコシは、米の転換政策をきっかけに、水田の転

換品目として広がった。現在は約2・1畝で栽培している。人気の秘訣は「味」にある。糖度は6月上旬で16%、後半には20%を越すという。「日が出て光合成が始まると実の糖分が葉に移動してしまう」と、農家は朝早くから収穫に入る。

出荷時期は5月下旬から7月上旬。JAでは市場出荷はせず、地元での流通が主流だ。取扱いはJA紀南とんだ集出荷場（電話0739・45・1301）。JAの紀南柑やあぜみちの直売所やAコープ（二部除く）にも数量限定で入荷する。

ワンポイント

買ったらすぐ茹でてね！

レンジで約3分間 チンしてモ

トウモロコシは収穫した時点から美味しさが逃げるので、甘さが売りのスイートコーンであればこそ、買ったらすぐに茹でましょう。内皮を2〜3枚残して茹でると風味が逃げずジューシーに仕上がります！

ラップでくるんでレンジで3分間ほどチンするのも手軽でオススメ。レンジの後には、水分が熱で逃げないように、あら熱がとれるまで包んでおいてください。

豪快に丸かじりしても良い。輪切りしてパーベキューや、実をスプーンや包丁でそぎ取って、サラダやオムレツ、スパゲティーに、ミキサーにかけてコーンスープなどお好みにお楽しみください。ラーメンにどっさり乗せるという贅沢な食べ方もありですね…。



コーンラーメンにも(イメージ)

### 野菜なだけどフルーツ感覚

出身地のとんだで農業に新規参入して4年目になるが、トウモロコシは僕のメインの作物で、今年も50畝に植え付けている。

スイートコーンと言うだけあって、野菜なだけどフルーツ感覚。何より食べてくれた子どもが喜び、その家族もみんな喜んでくれるのが生産者として嬉しい。

美味しさを増すため、寒さよけのビニールを被せたり、追い肥や土寄せ、ヤングコーンを間引いたり、細かな手間が掛かるのは当たり前。その甲斐あって今年も満足のいく物ができたと思う。

### トウモロコシ生産者



右から生産者の濱野さん、竹中正弘さん、山本孝一さん、山本敦史さん

はまの 濱野 孝人 さん (40)

白浜町とんだ地区