ぴたらむし通信

Vol.287
2020/8
Week4

長雨のあとの日照り。北杜に来てこんなに暑い８月は初めてのこと。冬は極寒でも夏はひんやり涼しいのが自慢のぴたら母屋ですら暑くてへばる。畑もカラカラに乾いてしまって植えたばかりの秋野菜の苗もへばる。つい最近まで晴れてくれと願っていたのに今度はいつ降ってくれるのかと雨を待ちわびる。そんな８月も後半に差し掛かったところでようやく恵みの雨が降りました。人も野菜も嬉しくて小躍りしそう。水というのは生命をつないでいるんだなぁとしみじみ実感しました。そしてひと雨降った翌日はひんやり涼しい。やはり確実に季節は秋に向かっているんですね。畑も夏野菜は名残りの時期のものが多くなって来ました。出はじめた頃のフレッシュさとはまた違った美味しさを味わい尽くしたいです。

by pitara kitchen 担当　しほ

今週の野菜

-きゅうり：

ぴたらで６年ほど種を繋げているきゅうりです。ぜひ、味噌をつけてポリっとかじってみてください。梅和えや酢の物でさっぱりと。肉厚なので揚げ物炒め物もおすすめです。

-万願寺唐辛子：

ぴたらで種取りを続けている甘とうがらしです。京都発祥の伝統野菜。辛みは全くないのでピーマンのように使えます。種も柔らかく食べやすいので丸ごと焼いたり煮物にしても甘みが出て美味。

-ピーマン MIX：

ぴたらで種取りを続けている肉厚のピーマンと、クリーム色の『ソロクサリ』ピーマンです。どちらも苦みが少ないので生のままサラダに。肉詰めや天ぷらなど加熱もおすすめです。

-真黒なす

『まっくろ』ではなく『しんくろ』と読みます。油と相性がいいので揚げびたしや天ぷらなど、夏らしいお料理でお楽しみください。ヘルシーな茹でナスもお勧め。

-そうめんかぼちゃ：

ゆでると果肉がそうめんのように細長くほぐれるかぼちゃです。シャキシャキとした食感なのでドレッシングと和えたり、炒めてパスタのように食べてもとっても美味しくおすすめです、

-オクラ：

ぴたらで種取りを続けている大きめサイズでもおいしい沖縄生まれの品種『島オクラ』です。食物繊維豊富で整腸作用や夏バテ予防の効果があります。さっと茹でてサラダの他、揚げ物や煮物にも。

-空芯菜：

茎が空洞になっているのでクウシンサイ。暑さに強く東南アジアでよく食べられる葉野菜です。アジア風にニンニクと炒めてナンプラー、塩、レモンや中華風スープもお勧め。

-大玉トマト： or **-ミニトマト：**

ぴたらで種取りを続けている『世界一』という品種の大玉トマト。生で食べればジューシー、加熱しても酸味が効いておいしくいただけます。色々な夏野菜と組み合わせてお楽しみください。

赤いミニトマトと黒みがかった色のブラックチェリー、白いスノーホワイトのいずれかの MIX です。生食の他、塩をぱらりとして低温オーブンでローストすれば旨味が凝縮して乙な逸品に。

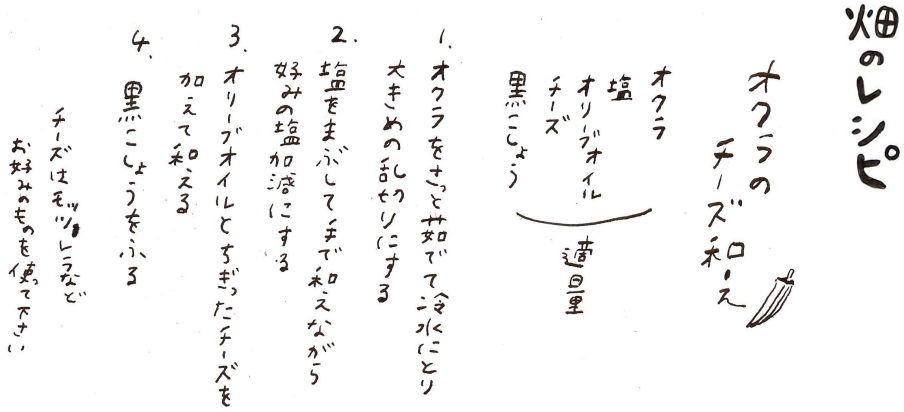
-おまけ：千日紅（せんにちこう）

長い期間色あせずに花が咲き続けることからこの名がついたそう。江戸時代からドライフラワーとして親しまれてきました。

ファーム直売所＆テイクアウト
「畑のお弁当」始めました！

毎週土曜日朝９時頃からお野菜を販売しています。毎月第３週の土日は、旬のオーガニック野菜をふんだんに使った農家ならではの畑のお弁当を予約販売します。

畑のレシピ



by しほ

Cookpad「ぴたらキッチン」にレシピ掲載あります。

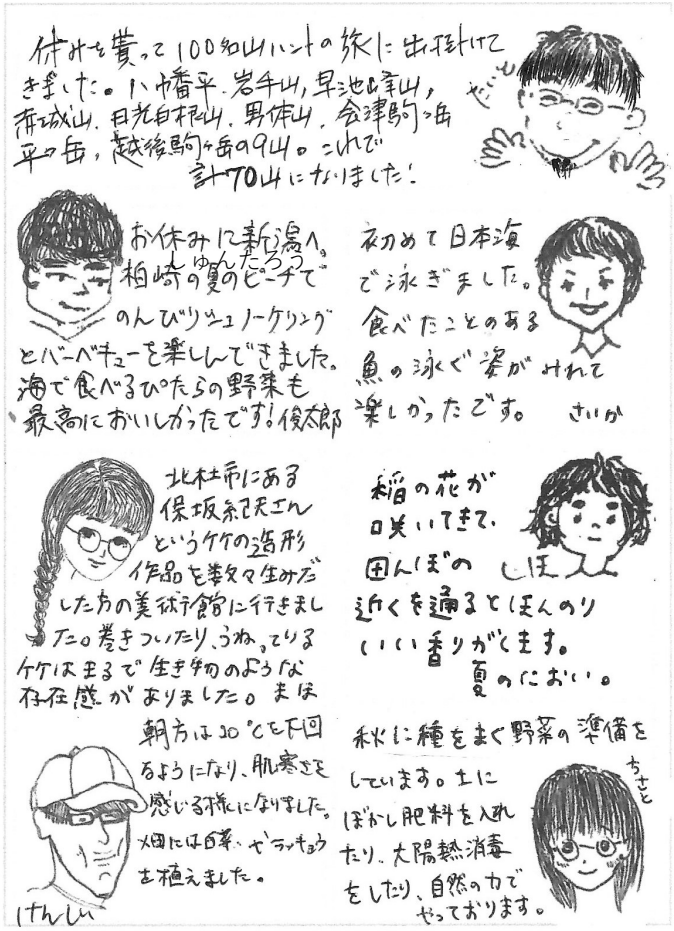
畑暦

・7月から育苗していた白菜の苗が立派に育ち、ついに畑デビュー（定植）を果たしました。乾燥対策のため植え床を踏み固めてから植え付けをしました。緊張の瞬間です。それでも乾燥でダメになってしまった株がありましたが、そんな株もチリチリの葉っぱの真ん中から綺麗な緑の葉っぱを出し始めてなんとか生き延びようと頑張っています。
・春のじゃがいもが長雨で腐ったものが多かったので、２度目のトライ秋のじゃがいもに挑戦するため、畝を立てて『デジマ』という早生の品種のじゃがいもを植えました。
・秋の葉ものの種まきが始まるので、畑を耕運して雑草をレイキで取り除く作業をしています。地味ですが、この一手間で初期の成長をスムーズにできます。またその後の草の管理が断然楽になります。

by さいか&俊太郎

この春から、ぴたらファームのシェアハウス「おぼろ庵」を中心にたいちープロジェクト（僕の名前たいと&サブスタッフちさとの頭文字をとって）なるものを進行中だ。まずは DIY 好きおすすめのシェアハウス物件おぼろ庵を、ほぼタダで拾ってきた古材を利用して改築を進めている。数年前に本当に馬小屋のままだった1階を壁床天井を作ってしっかり部屋に作り変えたが、その２階にも拾い集めた古い扉やガラスをハメて壁を作りプライベート空間が出来上がった。ハシゴで上り下りしなくてはならないけれど、 男の隠れ家的な雰囲気になって中々心地いい空間だ。ここが僕の新しい部屋になった。この春から古民家の前の広い畑も借りられるようになって、そこはガーデン風おしゃれ畑を展開中だ。畑の中心に大きなティピを建ててそこに赤い花がチャームポイントの花豆をつたわせてある。ティピに向かって木道があって、その右にへちまのアーチを二つ。赤しそを挟んで、さらに甲斐駒ケ岳サイドにはずらりと背の高いタカキビを並べた。畑の東側には堆肥場、薪小屋、建築中のチャボ小屋がある。コンポストトイレや五右衛門風呂も建設予定になっている。甲斐駒ケ岳を正面に望んで入る五右衛門風呂は、もう想像するだけで最高だなぁって思う。ぴたら始まってから止まることのない僕の妄想癖は健在で、暇があればボーッとこれまで手をかけてきた庭や住まいを見つつ、ここをこうして、あんな風にして・・などと考えている。この時間は僕にとって至福の時間だ。たいちープロジェクトも僕の頭の中でいい感じで展開していて、ゆくゆくはぴたら邸と繋げたパーマカルチャービレッジのようになれば楽しいなあなんて思っている。by ファーム長たいと

ぴたらメンバーからひとこと



イベント&出店情報

コロナの影響により、延期になっていたオープンファームですが、８月限定で開催します！

＜ワンデーオープンファーム@ぴたらファーム＞

開催日：8 月 29 日(土)
時間：11:00～15:00
内容：ぴたらの畑や暮らしの案内、
パーマカルチャー要素の説明、農家ランチ込

- ぴたらむし通信は２週間ごとに更新しています。
- 梱包資材や印刷用紙・段ボールなどにリユース品を使用する場合がありますのでご了承ください。

ぴたらからのお願い

段ボール・保冷材・鮮度維持袋（夏に野菜全体を包んでいる青いビニール袋）は可能な限り回収しています。
イベント参加時などの際に、お持ちいただくか、お送りいただければお礼の品を次回の野菜セットに同梱いたします。

ぴたらファーム

〒408-0313　山梨県北杜市白州町横手 1118
TEL/FAX:0551-35-2793　メール：info@pitarafarm.com
ホームページ：http://pitarafarm.com
オンラインショップ：http://pitarafarm.shop/