



TOMATO

トマト

野菜くらの

野菜 百科

私たちが **育** っています。

群馬



林昭彦



阿部雅通



井上嘉輝



茂木清七



宮下義明



サングレイス群馬

静岡



サングレイス静岡

■トマト部会の方針■

■幸せの、トマト”創”り

「小さな幸せをトマトに込めて、大きな夢を実現しよう」をスローガンに、がんばります。

■月1回の部会

忙しい8月をのぞき、6月から9月まで月に1回の部会を開いています。生産者同士で互いのハウスを見学しあい、選果のことから苗の管理方法まで、さまざまな情報を交換しています。

■産地を替えて、周年出荷

夏は群馬、冬は静岡というリレー栽培で、周年出荷を実現しています。群馬では暑さに強い「麗夏」、静岡では早生の「麗容」を採用。それぞれのおいしさを最大限に引き出しています。

●トマトの木は、5メートル!

トマトの木は、半年で3m以上に生長します。収穫期間が終わるころには、なんと5mにもなるのですよ!

●同じ木に色違いのトマトが!

トマトは接木ができます。だから黄色や赤、形の異なる味が同じ木に、なんてこともあるのです!

畑で知る おもしろ知識

●トマトの香りがいっぱい

トマトの木は、とても香りが強いのです。そのため栽培中、ハウスの中はトマトの香りでいっぱい! 幸せ気分です。

●トマトで洗う?

トマトの木に触れると手が黄色く汚れ、洗ってもなかなか落ちません。でも、あら不思議! トマトの実を手でつぶしながら洗うと、きれいになるのです。

ベストな状態の出荷をめざして、管理しています。

トマトは、わき芽の管理や水分、肥料の調節によって、サイズや味が大きく変わります。ベストな状態で出荷できるよう、天候や苗の状況に応じた手入れを行います。



甘やかさないで、育てています。人間と同じように…。

トマトは肥料たっぷりで甘やかすと、葉ばかり元気になり、実がつきにくくなります。だから肥料も水分も厳しめに。すると、実が甘んばっておいしくなります。



土にこだわり、有機質肥料を施しています。

トマトの味を決めるのは、なんといっても土です。ハウスの中でも土の力を存分に発揮できるように、肥料は有機質にこだわっています。



トマトSTORY

食べる **そのまますし、炒め物も効果的**
昔ながらの味を守る野菜。くらのトマトは、もちろんそのままどうぞ。またリコピンは、熱したトマトほど豊富。油とともに摂ると吸収率が高まるので、オリーブオイルで炒めたり、スープにしても。

摂る **消化の促進や、がん予防に効果が**
トマトはよく肉や魚のつけ合わせとして使われ、ハンパラーには必需品。それはクエン酸などが消化を促進し、豊富なカリウムが体内の余分な塩分を排出してくれるからです。また赤い色素はリコピンで、免疫力を高め、がんの予防に効果を発揮します。

知る **赤い実が鑑賞され、「愛の果実」にも**
原産地は南米。1300年ほど前、アステカやインカの民が栽培したのが始まりと言われています。真つ赤な実をつけるところがから、ヨーロッパでは観賞用として人気が出て、「愛の果実」とされた時期も。日本でも最初は観賞用、明治以降に食用となりました。