



だい ち
尾形 大地さん（豊間根・24）

畜産経営の夢に向かって

「畜産農家をしている両親の影響が大きかったですね」と、今の仕事を選んだきっかけを話すのは、尾形大地さん。ことしの4月から、小谷鳥地区の空き農地を利用して家畜の餌（ホイルクロップサイレージ）の栽培をしています。一人で行う作業に、日々奮闘中。それでも、両親や農業改良普及センターの方たちのアドバイスを受け、何とか収穫間

近までこぎ付けました。今後、耕作面積を増やしたり、経営学を学んだり、農家としてレベルアップを図りたいと話します。尾形さんは「3年後に畜産農家になりたいです」と、計画的な目標も定めています。今はそのための勉強をする時期。家畜の餌作りのほか、ことしの冬には、農業改良普及センターでボランティアをしながら、家畜の人工授精の方法を学ぶ予定です。「多くの人に支えられて、農業ができています」と、人の優しさを実感し、最後には「教えてくれる人が近くにいるという

ことはとてもありがたいです」と照れた様子で、両親への感謝の気持ちをこぼしました。自分のやるべきことを見据え、計画的に努力している尾形さん。人に支えられている実感を忘れず、日々目標に向かって突き進んでいました。

キッチンスタジオ ハーモニー

No.92

このコーナーでは、町栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんが手軽に作れるお弁当や郷土料理、旬の食材を使った料理などをご紹介します。今回は、旬の味覚を満喫「秋野菜のみそ風味グラタン」です。

【材料（2人分）】

サト芋…3個 サツマ芋…1/2本 しいたけ…2枚 ブロックベーコン…50g バター…小さじ1 小麦粉…10g 牛乳…200ml 塩コショウ…少々 ピザ用チーズ…適量 みそ…小さじ1と1/2 パン粉…大さじ1 小ネギ…1本 長ネギ…1/2本 アスパラ…1本

【作り方】

【サト芋】よく洗い、濡れたままラップで包んで600Wの電子レンジで4～5分加熱する。柔らかくなったらやけどに気をつけながら皮をおき、ひと口大にカットする。

【サツマ芋】きれいに洗って皮ごと乱切りにし、水にさらしてあく抜きをする。濡れたままラップで包み600Wの電子レンジで5分加熱する。

【しいたけ】軸をとって4等分に切る

【長ネギ】斜めに薄くスライスする

【アスパラ】皮をおいて3等分の長さに切る。

【ブロックベーコン】ひと口大に切る。

① バターを熱したフライパンに、アスパラ、しいたけ、ベーコンの順に入れて炒める。火が通ったら里芋とさつま芋を加えて塩コショウをし、さつ

秋野菜のみそ風味グラタン



1人当たり…エネルギー 383Kcal、塩分2.0g

と炒めてグラタン皿に並べておく。

- ② そのままのフライパンに長ネギを入れ、焦がさないように炒め、長ネギがしんなりしたら小麦粉を加え、粉っぽさがなくなるまで炒める。半量の牛乳を加え、だまにならないように混ぜながらとろみがつくまで火を通す。とろみがついたら残りの牛乳と味噌を加え、よく混ぜる
- ③ ①の具材の上に②をかけ、チーズをのせてパン粉を振り、250℃のオーブンで焼き色が付くまで焼く。焼きあがったら刻んだ小ネギを散らしてできあがり！