

11月6日(火)は ふるさと食材の日「ほうれん草のソテー」

しょうこうぎょうしゅ のうぎょうしゅ きょうりょく しょく のうぎょう ふら
商工業者と農業者が協力をして食と農業から富良
野の魅力を伝えていきたいと同じ思いの人たちが集まった
“ふるの食と農の創造プロジェクト”の方たちが育てたほうれ
ん草です。

こんかい みしま むらかみ
今回、三嶋さん、村上さんの

ふたり ぞだ
お二人が育てた
ほうれん草を提供
させていただきます。

みなさんに ひとつ
大切に育てたので
おいしく食べてください。



ほうれん草は、20cm～25cmの大きさ
になると収穫ができます。夏に育てると
種まきをしてから収穫まで、30～40日
かかりますが、秋に種まきをすると40
～60日かかり、収穫になります。ほうれ
ん草が元気に育つ温度は20℃。だか



ら、秋の気温は涼しいので、収穫までに時間がかかるのです。
秋に育てると気温が低いため、虫がつきにくいです。そのため、無
農薬のほうれん草を育てることができます。

刃がギザギザした、ほうれん草専用のカマを使い1株ずつ収穫しま
す。育ててくれたことに感謝しながら、新鮮なほうれん草の独特の味
わいを楽しんでください。

