

Voice

Vol.3

2023 / Early Autumn
[ヴォイス]

とろ～り、濃厚
ふぞろいトロなす

おいしく、
むだなく、
たべるよろこび。

生産者／千葉県
石井道夫 さん
石井拡太 さん

Oisix

おいしく、むだなく、たべる

きょうの献立、
これにしょっと。



Recipe

トロなすのステーキ風



材料(2人前)

トロなす …1個
オリーブオイル …適量
味噌 …適量
かつおぶし、醤油 …適量

作り方

- ① トロなすを縦に厚さ2cmくらいに切る。
- ② フライパンにオリーブオイルを少し入れ、なすの両面をしっかりと焼く。
- ③ 焼いたなすに味噌をのせて田楽風にしたり、かつおぶしと醤油をかけてさっぱりいただくのもおすすめ。

Recipe

トロなすと豚バラ肉のレンジ蒸し さっぱりおろしポン酢



材料(2人前)

トロなす …1個
豚バラ肉 …180g
塩・こしょう …少々
酒 …大さじ1
大根 …2cm
小ネギ、唐辛子 …適量

〈たれの調味料〉
醤油 …大さじ1
みりん …大さじ1
ポン酢 …大さじ1

作り方

- ① トロなすは乱切りして水にさらす。
- ② 耐熱皿に、半量のトロなす、豚肉を重ね入れ、塩こしょうをする。
- ③ ②を繰り返す。酒をふり、ラップかフタをし、600Wのレンジで8～9分加熱。
- ④ ③で出た蒸し汁(分量外)と調味料を混ぜ、たれを作る。
- ⑤ 皿に盛り、大根おろし、たれ、小ネギ、唐辛子をかける。

Rescue

産地と家計の救世主!『おたすけOisix』



いますぐ
チェック!



天候影響による規格外品、豊作品、事情により余ってしまう食材をお手頃プライスでご紹介。『おたすけOisix』に登録するだけで、商品入荷の際、プッシュ通知でいち早くお知らせします。

Voice



『トロなす』特集は、いかがでしたか?

Voiceは、生産者の想いや農産物のストーリーをお伝えする冊子です。
みなさんのご意見や感想、生産者への温かいメッセージなど、右記の二次元コードより、ぜひお送りください。メッセージは、生産者の方々にもお届けします。

メッセージは
こちらへ



Voice
#3 2023年9月
発行 / Oisix



この紙は日本の竹100%の竹紙です。生物多様性保全や地域経済の活性化に役立ちます。



本誌の印刷は、植物油インクを使用し、大気汚染の抑制に努めています。植物油とは、再生可能な大豆油、菜種油、桐油、ヤシ油、パーム油等植物由来の油や、それらの廃食用油等をリサイクルした再生油のことです。



「猛暑でミツバチが飛ばなかったり、天候に左右される苦労もありますが、虫のちからも借りながら、おいしさを育んでいます」(拡太さん)。

おいしいコラム

2

食べてくれるひとの
声を大切にしたい
率直な感想が励みになります



石井 拡太さん
(生産者/千葉県)

農業にゴールはないが
うまい野菜をつくりたい
その一心で育てています



石井 道夫さん
(生産者/千葉県)

枝に引っかかってヘタが変形したもの。
「今まで、きずや変形で廃棄になるのはつ
らかった。そんな『トロなす』もおいしい! と
分かってもらえて出荷できる量が増えたの
は、素直にありがたいです」(拡太さん)。



おいしいコラム

3



子どももペロリ。また食べたくなる
”どううま”な口福感を味わって

「とにかく油との相性がよいので、幅1cmく
らいに切ったら、じっくり両面を焼き、シンブ
ルに生姜醤油やニンニク醤油で食べると本当に
うまい。そうめんの付け合わせにもぴったりで
す」(拡太さん)。最近の道夫さんのヒットは、『ト
ロなす』の唐揚げ。
「乱切りし、唐揚げ粉をつけて揚げるだけ
で、ふわっとしておいしい。田楽味噌につける
と、こりやまたうまいんだ。娘たちはトマトソー
スとチーズをかけて焼いたグラタンも大好き」。
簡単に焼くだけで、忙しい日のおかずにも、お
もてなしにも喜ばれそうな『トロなす』。リピー
ターの方はもちろん、まだ食べたことがない方
こそ、いつもの食卓にぜひ取り入れてみては?

ほんとは“ココ”もおいしい

きずがあっても、味はごちそう

とろ甘うまい! 濃厚トロなす

焼くだけでとろりと柔らかく、旨みあふれる大人気のトロなすが『おたすけOisix』に登場。
ふぞろいでも、中身はとってもおいしい『トロなす』を選ぶだけで、毎日の食卓からやさしい循環が生まれます。



ステーキでとろ〜り食感
ふぞろいトロなす

400g 398円(税込430円)
※入荷があったときのみ販売

おいしいコラム

1

丹精こめて育てられた野菜だからこそ
きずがあっても、味はおいしい



“おいしい未来”につながる『トロなす』の道のり

生産者の畑で大切に育てられた『トロなす』は、安心・安全な独自の
栽培基準を設けた農事組合法人船橋農産物供給センターを通して
仕入れられており、新鮮なおいしさを保って届けられている。

トロツとした食感と濃厚な味わいから、
Oisixでは『トロなす』と命名し、複数の生
産者の協力を得て出荷しているものの、売り切
れることもあるほど大人気の白なす。
今回訪れた生産者の石井拡太さんにお話を伺
うと、実は繊細な野菜で、台風がくる夏場は、枝
葉が揺れて皮がきずついたり、半数以上、出荷で
きないこともあったそう。きずがつくと褐色の
かさぶたのようなものになるものの、味に影響はない。
「見た目にきずはあるけれど、中身はおいしい
規格のものも出荷することで、個性豊かな『トロ
なす』をより多くの方に届けられたら、お客様に
とっても、生産者にとってもよいかもしれない」。
そんな想いから、規格外品の入荷があったとき
のみおトクに購入できる『おたすけOisix』
での販売を開始。 “おいしさ”はそのままに、畑
でのフードロス削減にもつながっている。