

みえの安心食材

さといも

●取材先

いなべ市

小谷 芳枝さま

●食材説明文（約140文字）

まるで芋の形と、もっちりとした食感が、ほっと優しい気持ちにしてくれるさといも。農薬や化学肥料を減らし、雑菌の少ない田んぼの土や敷きわらなど、身近にある信頼できるものを使う。

子供が成長していくのを見守るように、優しく、ときに厳しく育てられた三重のさといもは、素朴で懐かしい味がする。

●現地風景コメント（約30文字）

1



いなべの山あいに広がる、
さといも畑。

2



通常さといもは連作できないが、
田んぼの土を使うことで、それを可能にしている。

3



保温・保湿のために敷きわらを敷く。
時間がたてば肥料にもなる。

4



栽培期間中、農薬は使用しない。
除草は手作業です。

5



親いもに栄養を集中させるため、
脇芽は切り取る。

6



水やりの回数を加減することで、
さといもの生命力を引き出す。

7



傘がわりになりそうなほど大きい、さといもの葉。

8



枯れた葉を切り取り、
鍬で地中のさといもを掘り起こす。

9



10



ずらりとならんださといも。
成果を確認しながら掘り進める。

11



いもを折らず、傷つけず掘り起こすには、
長年の経験がものをいう。

12



大まかにサイズごとに分けていく。
いもは手で簡単に外すことができる。

13



親いもから子いも・孫いもまで、
大きくしっかり育った。

14



品種は「いなまる」。いなべでは多く栽培されている。
その名のとおり、見た目がまるい。

15



さといもを傷つけないよう、
柔らかいカゴにいれ、出荷場へ運ぶ。

●食材写真コメント（約30文字）

16



17



別バージョン

低カロリーで食物纖維が豊富。
生活習慣病の予防も期待できる。

●調理盛付例コメント(約30文字)

18



19



横バージョン

さといもの甘辛煮。

独特の甘みと濃厚な食感が味わえる。

20



21



別バージョン