



## あっちの話

広島  
から

### 冬の息抜き ぽっかぽかのモミガラ堆肥

佐藤孝史

寒い冬、冷えた身体にぜひお試しください。  
発酵中のモミガラ堆肥に腰かけると、ぽかぽか  
あったか。広島市の丸本一<sup>ひふこ</sup>二子<sup>ふたご</sup>さんの冬の楽し  
みです。

丸本さんは冬に田んぼでモミガラ堆肥を作  
ります。2t車1台分のモミガラの山を鍬で崩  
し、米袋10袋分の米ヌカと混ぜ合わせながら、  
二つの小さい山にします。水をかけビニールを  
張り、2週間発酵させたら、熱くなったビニ  
ールを剥いで切り返します。軽くて扱いやすいモ  
ミガラですが、切り返し作業はそれなりに大変  
で、だんだん足腰がむくんできます。疲れてき  
たら、発酵熱でぽかぽかしたモミガラ堆肥の谷  
間に腰かけて一休み。お尻からじんわり温ま  
り、長靴を履いた足も堆肥に埋めてやると、冷  
えた足先もすぐにぽかぽか。全身温まって血行

が促進され、作業の疲れもすっきり解消できま  
す。あまりの気持ちよさでうたた寝してしまう  
ほどのリラックス効果です。





長野から

## クズリンゴ肥料で野菜がグングン育つ！

樋口維史

長野市の竹内久子さんの野菜がとても早く育つ秘密は、クズリンゴを発酵させた自家製肥料を使っていることです。どうしても出てしまう虫食い果や傷物、摘果した未熟果などのクズリンゴがもったいないと思って作り始めた肥料で



すが、野菜の根張りや味がよくなって大満足。毎年、冬の間仕込んでいます。

60ℓのバケツに粗めに切ったクズリンゴを8分目まで入れ、米ヌカ2升と合わせたら、えひめAIを原液のまま2ℓ加えます。バケツに蓋をしてビニールをかけ、木の下など日陰にそのまま1年間放置。翌冬見たときに、リンゴの水が出て、発酵した甘い匂いがしていたら出来上がりです。

まくのはいつも12月。野菜を片づけ終わった1反ほどの畑に、バケツ三つ分を原液のままヒシヤクでまいていきます。ある程度リンゴの形が残っていても問題はなく「リンゴの発酵菌が雪解け水と一緒に土の中に入って土づくりになる」と竹内さん。ナスは霜が降っても2、3回はとれるほど強く育ち、効果を実感しています。



森から  
青

## ネズミからリンゴを守る

## 砂+木工用ボンド

渡邊紗恵子

鶴田町の高橋裕ゆたかさんは、改植したわい化リングを次々とネズミにかじられて困っていました。2、3年のうちに半数の木が枯れてしまったほどです。そこで考え付いたのが川砂と木工用ボンドを使う方法です。

8ℓバケツに木工用ボンドを3kgほど入れ、その上に砂をボンドが隠れるくらい入れたら、水を加えます。使い古した洗車ブラシでよく混ぜ合わせると、ペンキのようにねっとりするので、そのままブラシで幹の枝下から地際まで塗ってやるのです。雪が降る前の幼木にまんべんなく塗ったところ、春のネズミの食害がピタリとやみました。「砂のガリガリした感触が嫌でネズミがかじらなかつたのかも」と高橋さん。

ボンドは薄くなっても砂は残っているため、



その後5年ほどたってもネズミの被害はありません。木にもダメージはなく、大事なリンゴの木をネズミから守ることができました。

宮城  
から

## 丸ごとユズ入りフラスコ酒

中村幸真

大きなユズが丸ごと入ったユズ酒のフラスコを見せてくれたのは気仙沼市の佐藤良人さん。瓶口よりも大きなユズはどうやって入れたのでしょうか？

じつはこれ、半年前から佐藤さんが手塩にかけて育てた大事な作品です。まずは6月中旬、庭のユズの木の生理落果が一通り終わったなど思った頃、直径1cmほどの青い実を選びます。上の枝からフラスコを吊って、小さな実のついた枝を、葉を落としてから瓶口に通してやると、ユズはフラスコの中に入ったまま生長していくのです。1本の樹に三カ所ほど設置。途中でポロリと生理落果しないよう周りのユズを摘果したり、瓶口に張った雨よけのラップをたまたに換気したりと注意深く管理します。11月には直径6cmほどになるので、枝を切って収穫です。



フラスコはもともと焼酎の容器だったのですが、「こんな大きなユズどうやって入れたの？」と友人たちも大盛り上がり。枝とヘタを



愛媛  
から

## コーラでトロトロ柔らかイノシシ煮込み

向井道彦

取り除いて中に再び焼酎を注ぐと、黄色くて丸いユズがプカプカ浮かぶオシヤレで不思議なユ

ズ酒の出来上がりです。見てもよし、飲んでもよしで楽しんでいきます。

猟師歴40年で、幾多のイノシシを調理してきた内子町の徳永隆さんに一番お気に入りの料理

を聞いたところ「コーラ煮だね!」との答え。コーラの炭酸で肉がトロトロに柔らかくなり、臭みも気にならなくなるそうです。酒のつまみに最高のこの一品、作り方を教えてもらいました。

鍋に入れたイノシシ肉にコーラをヒタヒタに注ぎます。少し醤油を加えて蓋をしたら、七輪でじっくり2、3時間煮込みます。炭が燃え尽きると七輪の火は自然と消えるので、置いておくだけで出来上がり。コーラの甘みのおかげで砂糖を加える必要もありません。絶品イノシシコーラ煮込みです。