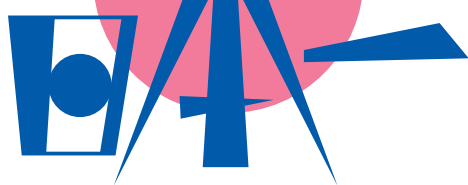


四日市の



このコーナーでは、公認のものから非公認、詳しい統計のあるものからないものまで、四日市が日本一と思われるものを紹介します。

かぶせ茶の生産量

四日市は、全国第3位の緑茶の生産量を誇る三重県内でも屈指の産地であり、中でも「かぶせ茶」の生産量は日本一を誇ります。
(695トン 平成18年産)

「かぶせ茶」のことならこの人！

水沢茶農業協同組合 加藤俊二さんにお話を聞きました。



黒いネットで覆われた摘み取り直前の茶畑



Q. 「かぶせ茶」ってどんなお茶ですか？

「かぶせ茶」とは、収穫前の一定期間、茶畑に黒いネットで覆いをかけた後、収穫した茶葉です。通常、うまみ・甘み成分のテアニンは、光合成により渋み成分のカテキンに変化します。被覆して直射日光を遮ることでその変化を抑え、「煎茶」よりうまみ・甘み成分の多い茶葉になります。これは、「玉露」と同じ栽培法ですが、コストがかかり高価な「玉露」に対して、「かぶせ茶」は、「玉露」並みにおいしい茶葉を、リーズナブルな価格で提供できる「庶民派の高級茶」です。

Q. 「かぶせ茶」の生産量が多い理由は？

この地域は、鈴鹿山麓の水はけの良い扇状地で、稲作にはあまり適しません。他の作物を作付けする中で、茶栽培文化発祥地の京都が近く、人の行き来、技術の流入など産業交流が進み、茶栽培を始める人が多くいました。また、高地で寒いため、最も高値で取り引きされる一番茶の収穫が他の産地よりも遅れることから、差別化を図るために付加価値のある「かぶせ茶」が多く生産されるようになりました。

知っとく情報 水沢茶農業協同組合オススメ！誰でもできるおいしい「かぶせ茶」のいれ方

①【1杯目】

急須に茶葉[5g(大さじ1杯)]を入れて水(常温)100mlを注ぎ、約3分間お茶を抽出する。
②茶碗に均等に回し注ぎ、最後の一滴まで落とし切る。
(テアニンの甘みとうまみが口いっぱいに広がります)

③【2~3杯目】

100mlの水を注ぎ、急須を軽く振ってすばやく茶碗にいれる。

④【4~5杯目】

急須に100mlの熱いお湯を注ぎ、すばやく茶碗にいれる。
(カテキンの渋みを楽しめます)



5杯目くらいまでおいしく飲めます。いれるたびに変わるお茶の風味を楽しめます。

有料広告掲載欄

CTYスポーツ特別番組

第十八回 四日市市少年剣道大会

3月11日(日)に四日市市中央緑地体育館で開催された、剣道大会の様をお送りいたします。
放送日は、4月16日(月)~30日(月)です！

地上デジタル 12ch CTY



見どころ満載！
今年もプロ野球はCTYでお楽しみください。

詳しい放送日程は、CTYのホームページ **ベースボールナビ** をご覧ください。

詳しくはお問合せください。
月~土(9:00~19:00) TEL **0120-30-6500**

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

あなたも「土鍋deごはん」
してみませんか



Agrioman
四日市サルビア
水谷茂子さん

蒸し料理は、水っぽくならず、
栄養もたっぷり！お勧めですよ。
また、土鍋で煮物をする、
ふわっと仕上がりが、余熱で味も
しっかりしみこんでおいしいです！



四日市の
おいしいレシピ

4月から、広報よっかいち毎月上旬号で、「四日市のおいしいレシピ」コーナーを始めます
四日市ならではのメニューや地元で生産された農産物のおいしいレシピを紹介します。

土鍋deごはんとは



土鍋は四日市萬古焼を代表する商品です。国内で生産される土鍋の8割が四日市産だと言われています。

土鍋生産、日本一の四日市からエコでヘルシーな鍋文化を発信しようと、土鍋と四日市の豊富な食材をつかったメニューの開発に取り組んでいます。四日市は東海道43番目の宿場町であり、4（四日市）3（三重）として、「43」種類のメニューを目指しています。

～おいしいレシピ～ 土鍋で温野菜

材料（4人分） ブロccoli1個、カリフラワー1個、
ニンジン1/2本、プチトマト4個、
カボチャ、キャベツ各1/8個、ポン酢適量

作り方

- ①ブロッコリー、カリフラワーは小房に分け、ニンジン、カボチャは8mmの厚さ、トマトはへたをとって縦に半分、キャベツは一口大に切る。
- ②土鍋の底にすのこを敷き、すのこの2cm下まで水を入れる。
- ③沸騰したら、すのこの上に野菜を並べ、強火で10分程度蒸す。
- ④好みにポン酢をかけていただく。

ワンポイント

- 土鍋用すのこがない場合、底の浅いざるでも代用できます。
（ホームセンターなどでは、土鍋用のすのこ単品でも販売しています）
- 輪切りにしたトウモロコシやシイタケ、シメジなどのキノコ類を入れてもおいしいですよ。

土鍋でこんなメニューも！ たけのご飯

材料（6人分） 米3合、タケノコ50g、干しシイタケ3枚、
ニンジン1/2本、あげ2枚、鶏肉100g、調味料A（しょうゆ大さじ3、
砂糖大さじ1.5、酒小さじ2）

作り方

- ①米は洗い、30分以上水につけておく。
- ②干しシイタケは水に浸して戻しておく。
- ③タケノコはいちょう切り、干しシイタケ、ニンジン、あげ、鶏肉は細切りにする。
- ④Aの調味料で具を煮る。
- ⑤具が柔らかくなったら、具と煮汁を分けておく。
- ⑥⑤の煮汁と水をあわせて、600cc計量する。
- ⑦いったん米をざるにあけ、水を切る。米と⑥を土鍋に入れ、強めの中火で炊く。
（10分ぐらいで穴から強く蒸気が出てくるので、それから30秒ほどで火を止める）
- ⑧炊き上がったら5分蒸らし、⑤の具を加え、30秒ほど火にかける。さらに10分ほど蒸らす。



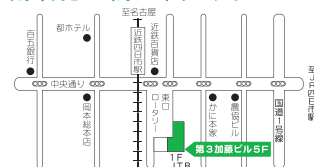
土鍋のご飯鍋を使いました



農家の女性でつくる
Agrioman四日市サルビアの皆さん

有料広告掲載欄

近鉄四日市駅から徒歩1分！
南改札口（東口）すぐ！



四日市市浜田町5番27号 第3加藤ビル5階
（1階にJTBが入ったビル）

自動車事故110番!!

交通事故相談 無料実施中! 土曜日や夜間も
対応可(要予約)

借金問題も相談料無料です!

相続・離婚・感謝料・不動産・
会社法務などもご相談ください。
一般法律相談料（初回）30分 5,250円

お困りではないですか？

- 示談の話が進まない…
 - 過失割合に納得ができない…
 - 後遺症の認定に満足できない… など
- “お気軽にお電話ください” “迅速＆丁寧に対応します!”

《予約制》 ☎ 059-350-2080

尾市法律事務所

弁護士 尾市淳二（三重弁護士会所属）

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。