co-op コープデリ コープみらい
「ともに」の力で、笑顔の明日を
生活協同組合コープみらいは持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

9/14
2026
次号発行 9月28日

コープみらい ちばインフォメーション

編集 コープみらい千葉県本部 参加とネットワーク推進部　TEL:043-301-6684 FAX:043-301-6685　ホームページ コープみらい で検索！

ちばインフォメーションの紙面で募集している催し物、講座のお申し込みの際にお預かりした個人情報は、お申し込みの受付、詳しい資料やご案内の送付、必要なご連絡のために使わせていただきます。
イベント等は、開催地域の天候や感染症等の影響により、参加者の健康と安全に配慮し中止させていただく場合があります。

ちばべじレポート

ちばの畑と、あなたの食卓をつなぐ

大粒・ホクホクの生落花生『おおまさり』

産直 コープの里　日本の野菜 食べて未来へつなごう

協力:(農)船橋農産物供給センター

インスタグラムはこちらから▼

ユニークな育ち方が特徴の落花生。ゆでて食べるとおいしい生落花生『おおまさり』について、(農)船橋農産物供給センターの生産者　櫻井(さくらい) 修一(しゅういち)さんにお話を伺いました。

生産者の櫻井さん

ゆでたてのホクホクとした食感と甘み、大粒の食べ応えに「こんなにうまいのか!」と感動し、落花生栽培を始めました!

「おおきなさやで食味がまさる」おおまさりの特徴

- 粒が大きい!
- 甘みが強い!
- 実がやわらかく、ゆで落花生に最適!

ゆで落花生の作り方

おおまさり　300g
お湯1リットルの場合、塩はお好みですが、お湯の量の3%(約30g)くらい

【作り方】
沸騰したお湯に塩とおおまさりを入れる。中火～弱火で30～40分(途中硬さをみる)ゆでて火を止め、そのまま10～20分放置する。お湯を切って冷まして完成。
ゆでた後は日持ちしないので食べきれなかったら、殻ごと冷凍保存しましょう。

生産者が見守る落花生の力強い成長

7月初旬、青々と茂る落花生の葉が広がる櫻井さんの畑を訪ねました。葉の合間から覗く黄色い花を前に、櫻井さんは落花生の成長について語ってくれました。
「畑の乾燥を防ぐため、自然に土に還るマルチシートを敷いているのですが、花が咲き終わると『子房(しぼう)へい』と呼ばれる茎のような部分が、このシートを力強く突き抜けて、自ら土の中に潜り込んでいくんですよ。すごい生命力ですよね」

大粒が特徴の『おおまさり』をおいしく育てる秘訣は、やはりその「土づくり」にあると言います。「畝(うね)※の間を深く耕して、土をふかふかに保つことで、土の中に空気や養分がしっかりと行き渡り、実が大きく育つ環境が整うんです」と櫻井さん。

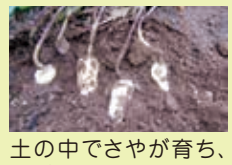
5月の種まきから120日を経て、9月にはいよいよ大粒の実をつけた収穫の時期を迎えます。

※畑で作物を育てるために、土を盛り上げた部分

名前の由来は「花が落ちて実が生まれる」成長の様子からきています。

7月

8月



土の中でさやが育ち、実ができる

9月～

落花生を手作業で収穫

次世代へ農業を「つなぐ」思い

櫻井さんの情熱は栽培だけに留まりません。新規就農者のために農地確保を支援したり、研修生を受け入れ1から農業を教えたり、若手の育成にも注力して次世代へと農業を「つなぐ」活動を行っています。

その思いは、生産者と組合員をつなぐ産地企画「やさいの楽校(がっこう)※」にも息づき、子どもたちに落花生の魅力を伝えています。「成長過程をその目で知ることは、農業に興味を持ってもらうきっかけにもなりますし、子どもたちにとっても思い出になりますからね」と櫻井さん。

櫻井さんの「おいしい」という感動から始まった生落花生『おおまさり』。ぜひ皆さんの食卓で味わってみませんか。

櫻井さんと
研修生の蓮井(はすい)あさひさん

「やさいの楽校」で参加者の皆さんに種のまき方について話す櫻井さん

※産地企画の「やさいの楽校」詳しくはこちらから▶

ちばの大地の恵みを食卓に！ ゆで落花生レシピ

豚肉とおおまさりのトマト煮

※料理用に落花生をゆでる場合は、塩の量を調整してください。記載の分量は、ゆでて殻から出した重さです。

レシピ提供:千葉県

材料（4人分）
ゆで落花生（おおまさり）100g、豚こま切れ肉 200g、ニンジン 1本、タマネギ 1個、シメジ 1株、セロリ 1本、カットトマト（水煮）1缶、固形ブイヨン 2個、赤ワイン 50cc、オリーブオイル 大さじ2、ニンニク 1片、水 5カップ、ケチャップ 大さじ2、塩・コショウ 少々

【作り方】
❶豚肉は細切りにし、ニンジン・タマネギ・セロリは1cmの角切りにする。シメジはほぐして半分に切り、ニンニクはみじん切り、ゆで落花生は大きなものは斜め半分に切る。
❷ニンニクをオリーブオイルで炒める。豚肉・ニンジン・タマネギ・セロリ・シメジの順で加えて炒め、ワインを入れる。しんなりしたら水、カットトマト・ブイヨンを入れて沸騰したらアクを取り、ニンジンがやわらかくなるまで煮る。
❸ゆで落花生とケチャップ、塩・コショウを加えて味を調えたら出来上がり! お好みでセロリの葉のみじん切りを加えてもおいしいよ♪

ハピ・デリ！ 取り扱い週
生落花生（おおまさり）300g　10月2回まで

ちばべじレポート バックナンバーはこちらから▶