

緑のカーテンマップ

海田町

「緑のカーテン」とは、つる性植物の葉っぱで自然のカーテンをつくることを言います。



平成21年度緑のカーテンコンテスト優秀作品

緑のカーテンの作り方

- 4月**
 - ①土づくりをしよう
 - 土はふんわり
 - 奥行 25cm以上
 - 鉢底石 60cm以上
- 5月**
 - ②種子をまこう
 - 水に種子を浸し発芽しやすくします
 - ③苗を植え替えよう
 - ポットの下から根が出た頃にプランター等に植え替えます
 - ④ネットを張ろう
 - ・ピンと張る
 - ・目の大きいものがない
- 6月**
 - ⑤摘芯・誘引しよう
 - つるがうまくからむように誘引します
 - 子づるから伸びている孫づる
 - 親づるから伸びている子づる
 - ⑥水、肥料をやろう
 - 水は朝夕しっかりと
- 7月**
 - ⑦開花・結実を楽しもう
 - 実のなるものにはより十分に肥料をやる(液体が◎)

かいた緑のネットワーク事務局 082-823-9225
※このマップは、「緑のカーテンマップづくりWS」(09年9月)で作成しました。

ゴーヤー

- ゴーヤー
- アサガオ
- オーシャンブルー
- ヘチマ
- ふうせんかずら
- その他

H21.9月調べ

ゴーヤー

カーテンイメージ

【特徴】実も食用にもなります。見た目に涼しく、食べても美味しい!

フウセンカズラ

カーテンイメージ

【特徴】上の写真のようなかわいい実が成ります。

アサガオ

カーテンイメージ

【特徴】朝、キレイな花が咲いていて目覚めがよい!

ヘチマ

カーテンイメージ

【特徴】大きな実がなります。化粧水にも使えます!

緑のカーテンの効果!

- ・二酸化炭素の吸収
- ・直射日光をさげ
- ・温度が下がる
- ・風が通る
- ・見た目がキレイで涼しい
- ・目隠しになる
- ・緑と環境を大切にしている心の醸成

我が家のゴーヤー料理・レシピ

①作ってみたいで賞【ゴーヤーのミンチ詰め揚げ】

作り方

- ①ゴーヤーは両端を少し切り縦に1本切れ目をいれ中身を取り除き 水に10分ほどさらし水気をふき取る
- ②ゴーヤーの中に片栗粉をまじし大葉をしきつめ Aの練った物を棒状にして詰め込み 切れ目をくっつけておく
- ③中身の入ったゴーヤーを 5~7mm位の幅で斜めに切る
- ④斜めに切ったものに片栗粉を付け 焦げないように中火でゆっくりと油であげる(片栗粉にカレー粉を混ぜてもよい)

材料 (4人分)

ゴーヤー 中2本
大葉 6枚
豚ミンチ 150g
にんにく 少々(すりおろし)
しょうが 少々(すりおろし)
みょうが 2コ(みじん切り)
玉ねぎ 1/4(みじん切り)
みそ 大さじ1
鶏がらスープの素 小さじ1/2
片栗粉 少々(すりおろし)
塩 少々
こしょう 少々

優秀作品

- 【トロピカルゴーヤージュース】
- 【ゴーヤーのデザート】
- 【ゴーヤー入りお好み焼き】
- 【ゴーヤーと鶏ささみのみそ炒め】
- 【ゴーヤーの酢の物レモン添え】
- 【ビタミンCタップリ お肌プリプリ】
- 【グラニュー糖で薄化粧】
- 【味噌が入ってるのがミソ】
- 【さわやかレモン風】

この料理のレシピは、平成21年度にかいた緑のネットワークが募集したものです。詳しくは事務局までお問い合わせください。