

小諸いろいろ農園

2014年4月
第6号

厳しい冬が終ると、少し前まで雪で被われていた庭にいつの間にか淡い色の花が咲き、春が一足飛びでやって来ます。二月中旬には百二十年ぶりと言われる豪雪に遭い、当園の倉庫用のハウスも被害を受けました。育苗用のハウスが無事だったのは本当に幸いでした。

三

月に入ると、冬の間の寒さでなまっていた体を少しずつ慣らしながら、種まきの準備をし始めます。さながら、プロ野球でいうキャンプインといったところでしょうか。そしていよいよ春分の日、二十一日にトマトの種まきを行いました。今年度のシーズンが始まった、という感じですよ。

これから九月まで千株以上のトマトの世話を毎日行います。千株のトマトの

樹が並ぶ風景は圧巻で、ただ少し異様な感じもするのですが、よく考えると狭い範囲のなかに単一の植物が密集して生息することは自然界では無いことです。それはいろいろな動植物が共存しながら環境は造られているからです。人工的に造られた畑は、特定のバクテリアが繁殖するなど、自然界のバランスが崩れてしまえます。その為、毎年同じ場所でトマトを栽培すると病気が発生しやすくなる連作障害がおきます。農園「いろいろ」では、トマトと大豆の栽培する場所を毎年交互に入れ替え連作障害が発生するのを防いでいます。

大

豆は「畑の肉」と言われるくらいに、良質なタンパク質を多く含んでいます。その反面、炭水化物や脂質が少なく健康食材として注目されています。大豆を昔から日常的に食べる習慣があるのは、日本、韓国、中国

などの東南アジアの地域です。欧米などでは大豆は家畜の餌となり、そこから肉や卵、牛乳などのタンパク源を得ています。ちなみに牛肉1kg作るのに飼料として大豆十二kg必要と言われています。それでは、なぜ東南アジアで大豆を食べる習慣が広まったのでしょうか。理由の一つとして、仏教の「殺生の禁止」があるようです。動物の狩猟と野草の採取により確保されていた食糧が、採取による方法に限定されません。そこで僧侶は穀類を主食とし、それまで動物から得ていたタンパク源を大豆に求めたようです。さらに大豆を加工することによって、豆腐、納豆、味噌、醤油などができ、これらを調理して精進料理が誕生したと考えられます。米を主食としている我々は、大豆を摂取することで米に不足しているアミノ酸を補う事ができます。ご飯とみそ汁は理にかなった組合せなのです。