

千葉市のイチゴで BERRY HAPPY!

イチゴ観光農園

一般的に、スーパーなどで販売されているイチゴは、熟す前に収穫したものがほとんどですが、観光農園では、完熟で採れたてのイチゴを味わえます。

千葉市には観光農園がたくさんあるので、シーズン中にいくつも農園を巡ってみませんか。お気に入りのイチゴ観光農園を見つけられるかも!?

もぎたてのイチゴをその場で味わってください!

今年もイチゴ狩りが楽しめるシーズンが到来！
完熟で採れたての甘くておいしいイチゴを
観光農園で味わいましょう！

園芸協会（観光農園） ☎228-7111
月曜日（祝・休日の場合は翌日）休業
農政課 ☎245-5758 FAX245-5884

農園名	期間	所在地・問い合わせ
みつばちファーム	5月上旬まで	緑区平川町1292 ☎090-3086-0330
ガイファーム （横田ファーム）	5月中旬まで	緑区平山町1048 ☎080-3096-3944
ドラゴンファーム	5月中旬まで	若葉区小倉町1354 ☎235-3788
さんたファーム	5月下旬まで	若葉区御殿町1-91 ☎050-3628-1515
いちご農園ワイズアグリ	5月末まで	若葉区御殿町699-12 ☎070-8431-7983
フルーツランドとけ	とけのいちご 中村農園	1月3日～5月上旬 緑区上大和田町273 ☎294-7905
	観光いちご園 エアート・ベール	1月3日～5月下旬 緑区大高町26-34 ☎294-0757
	ひだまり農園	1月上旬～5月末 緑区大高町41-6 ☎090-4071-1188

農園名	期間	所在地・問い合わせ
FUN DAY FARM	1月7日～5月6日	若葉区下田町1210 ☎080-4713-5572
Strawberry Farm シャインベリー	1月上旬～5月上旬	緑区平川町1621 ☎080-3305-1583
ふあいんファーム	1月上旬～5月中旬	緑区大膳野町4-126 ☎080-9387-6470
オブラディ ストロベリーファーム	1月中旬～5月上旬	緑区大木戸町299-1 ☎080-7730-2543
こてはしいちご園	1月中旬～5月中旬	花見川区横橋町748 ☎090-3234-4115
みはる野いちご園	2月～5月上旬	花見川区宇那谷町227-1 ☎250-1592
ちはる農園	3月上旬～4月30日	若葉区中田町1306-2 ☎090-3436-2941
シャンデフレーズ ナチュラル	3月上旬～5月上旬	若葉区中田町2469-2 ☎090-3736-1583

* 入園料や持ち帰り料、事前予約の有無などは農園によって異なります。また、天候不順により、臨時休業や収穫量が少ない場合があります。事前に各農園へお問い合わせください。

千葉市の🍅🥕をつくらべ!

市内ではさまざまな農産物がつくられています。産地ならではの、新鮮で旬の農産物をおいしくたべませんか？

冬キャベツ 旬…11～1月



日本は南北に長い地形でさまざまな気候があるため、季節ごとに栽培に適した地域があります。そのため一年中栽培することができますが、元々キャベツは冬の野菜であるため、涼しい気候を好みます。千葉市では冬キャベツと呼ばれる秋から冬にかけて旬を迎えるキャベツの栽培が盛んに行われています。

おすすめはシャキシャキとした食感の炒め物や、温かいお鍋やスープです。

ちばしおレシピ

キャベツと鶏むね肉の甘辛炒め



【栄養価1人前】 食塩相当量1.5g
エネルギー241kcal、たんぱく質18.5g、脂質11.9g、炭水化物16.6g
(糖質14.7g/食物繊維1.9g)

④ { しょうゆ …… 小さじ1/2
みりん …… 小さじ1
しょうゆ …… 大さじ1
みりん …… 大さじ1と1/2

レシピ監修＝味の素(株)、キッコーマン(株)、国分グループ本社(株)、エスビー食品(株)

<作り方>

①キャベツはざく切りにする。
②鶏むね肉はひと口大のそぎ切りにし、④をもみ込んで下味を付け、片栗粉をまぶす。
③フライパンにサラダ油とニンニクを入れて中火で熱し、香りが出てきたら、②を入れて焼く。火が通ってきたら①を加えて炒め、⑥を加えてさらに炒め合わせ、仕上げに白ゴマをふる。

つくたべ減塩ポイント!
鶏肉に下味を付けてから片栗粉をまぶして焼くことでパサつかず、調味料がなじむため、調味料が少なめでも味付けに物足りなさを感じません。ゴマやニンニクの風味も相まって味わい深い1品です。

園農政課（農産物に関すること） ☎245-5758 FAX245-5884

健康推進課(減塩に関すること) ☎245-5794 FAX245-5659