

# フォレストニュース

植林が地球を救う

令和3年(2021)1010日

No. 166

発行 高津啓洋

## 春の芽吹きをいただく



生長がはやいため、一年で2メートル以上にも育ちます

南米パラグアイのレダにも春が始まり、新しい植物の芽が出始め、

花や実が実りだしています。また野菜も元気に育っています。

前回紹介したニーム同様モリンガの苗木も元気に育っています。国連でも、モリンガは、食用植物の中でもっとも栄養価が高いとして、注目を集めて、アフリカなどでもたくさん栽培されています。

もともとモリンガは北インド地方を原産とするケシ目ワサビノキ属ワサビノキ科の植物で、その実用性から、今や世界各地で自生、または栽培されている植物です。インド・アフリカ・東南アジア等では「生命の木」「森のミルク」



「奇跡の木」と呼ばれ、古来より、人々の生活に欠かせない植物でした。

レダでは、豊富なモリンガの若芽やモリンガの種から様々な工夫がされています。モリンガの葉を使い、卵焼きを作りました。下にワサビの刺激が美味しいです。(写真)これからもモリンガを積極的に料理に取り入れていきたいです。モリンガの特製ふりかけを作成した大元さん。乾燥させたモリンガの葉・すりゴマ・塩で作ったとのこと。

ご飯がすすみました!

農園で採れた白菜で漬け物を作ったり。マンゴーのスライスをおいしくいただきます。熟す前に落ちてしまったマンゴーを食べました。さわやかなマンゴーの香りが口に広がりました。



レダでは森の薬局と言われるニームの実が沢山できています



## 11月20日セミナーを開催

参加希望の方はFaxやメールにてご連絡ください。

新型コロナのために延期したセミナーが11月20日となりました。

日時：11月20日(土)

1部 10:00受付、10:15開始。

2部 12:30受付、12:45開始、16:00終了。

国立オリンピック記念青少年総合センター：センター棟

さい。

講師を務める、高津啓洋理事長から、「コロナウイルスで、今は大変に移動が困難な状況ですが、11月には皆様とお会いできることを楽しみにしています。四国から元気に上京します」とのことです。