



エム・エス・ケー農業機械株式会社

る〜ぱ^oLight

#06



特集

巻頭特集

MSK農業機械株式会社 創業50周年

■社長インタビュー

■社内報から見るMSKの過去・現在・未来





CONTENTS



る〜ぶ^{Light} #06

巻頭特集 * 社長インタビュー	03
* 社内報から見るMSKの過去・現在・未来	04~05
新入社員紹介 * 2022年度 10人の新入社員が入社しました!	06~07

Products and Solutions 製品情報

* MFM 50th ANNIVERSARY MODEL TRACTOR type SOUL	08
* 直装式フォーレイジハーベスター	09
* BOXER-MT	10
* XD/AGS-2キット	11
* 非常用発電機/SPX S118497 ヘイカッター	12

技術情報 * 制限事項にご注意ください!	13
-----------------------------------	----

農業情勢 * 海外事情から知るニッポン農業 ~国連が指摘し、アメリカで普及が進む「不耕起栽培」土壌の保護と、地球温暖化対策としても注目度UP!~	14
--	----

ニッポンの食材 * トマト	15
----------------------------	----



50年の感謝・100年への挑戦



Top interview

「Chance, Challenge, Change」

エム・エス・ケー農業機械株式会社
代表取締役社長

齊藤 良幸

1972年12月、エム・エス・ケー東急機械株式会社として分離独立してから、2022年12月をもちましてエム・エス・ケー農業機械株式会社は、創業50年を迎えました。50周年記念キャッチフレーズにもあるように、“50年の感謝・100年への挑戦”を代表取締役社長に語っていただきました。

当社の創業は、1954年に前身である東急自動車株式会社が三菱商事と提携してマッセイファーガソンのトラクターを輸入販売した時に始まります。その後、1972年12月に東急自動車から農機部門が分離独立して、エム・エス・ケー東急機械株式会社として現在の形となりました。以来、私共は農業機械のプロであるとの自覚を持って、農家の方々と手を携えて、わが国の農業の発展に貢献するべく歩んで参りました。

そして、2022年12月にエム・エス・ケー農業機械株式会社は、おかげさまで創立50周年を迎えることができました。これもひとえに当社の取扱製品とアフターサービスを長年に渡りご愛顧くださったお客様や取引先の皆様方の温かいご支援とご厚情の賜です。

昨年、私たちは50周年記念のキャッチフレーズである「50年の感謝・100年への挑戦」を掲げ、お客様に感謝の気持ちをお伝えする1年と位置付けて活動して参りました。今年

2023年は、いよいよ「100年への挑戦」を具体的に実行に移す年です。当社はこれまでの50年間、お客様と社会から必要とされる企業であったと自負しておりますが、これからの50年もお客様と社会に必要とされる企業であり続けるように、社員一同で、様々なテーマに挑戦していきたいと思います。

現在、コロナ禍やウクライナ戦争によって、食料のみならず、飼料や肥料といった農業資材についても輸入頼みの現状が如何に危ういものかが認識されるようになり、国内調達必要性が叫ばれています。こうした状況の中で、当社が今後果たすべき社会的な役割は益々大きなものとなっていると確信しています。

今後も、「お客様の立場に立ち、お役に立てる商品と提案」と「高度で徹底したアフターサービス」を通じてお客様の営農や経営の効率化をサポートし、今後も農業の発展に貢献してまいりたいと思いますので、引き続きご愛顧賜りますようお願い申し上げます。



エム・エス・ケー農業機械株式会社





社内報から見る

MSKの

過去・現在・未来

PAST 過去

MFものがたり

VOL.16平成元年4月号～VOL.27平成4年1号

貴重な写真と資料でマッセイ・ファーガソンの歴史と人間ドラマを巡りました。



MTM世界の雄に!

VOL.16平成元年4月号

販売台数が前年比17%アップで
MF国際部長よりyear of the
distributorを授与されました。



MFのある風景

VOL.32平成5年2号・VOL.35平成7年1号 他

人々の生活に寄り添うMFの車両たち。それぞれの
の日常を切り取った風景をご紹介します。



アグリフォーカス

VOL.48 2008号～現在

「日本の農業・未来への視点」をテーマ
に様々な分野の有識者が語ります。



現在 PRESENT

る〜ぷ1号が創刊されたのは1985年。現在までになる〜ぷが61号、る〜ぷLightが6号発刊されています。数多ある企画の中から、50周年のキャッチフレーズにもなぞらえた「過去・現在・未来」に関連する記事を選びすぐり、MSKの長い歴史を紐ときます。

FUTURE 未来

これが未来のトラクター!?

VOL.20平成2年2号

イギリス食物と農業の祭典にて、MFが描き起こした未来のトラクター像を発表しました。



未来の農業はどうなるのか?

VOL.60 2020号

ドイツで開催された世界一の農業展示会で展示した、月での作業を想定したトラクターMF NEXTの情報を詳しく解説しています。

おぼえていますか?

社内報なつかしの企画をご紹介します!!

る〜ぷの誌面には楽しくて一息つける企画も盛り沢山! その一部をセレクトしました。

親子で作ろう! 可愛い動物たちの折り方を丁寧に解説。親子や家族、みんなで楽しめます。



スケルトン・クロスワードパズル

雑誌のお楽しみページの定番、スケルトンとクロスワードパズル。会社や業界ならではの問題も出題されました。



有名作から隠れた名作まで、映画マニアが独自の鋭い視点で解説しています。



Newcomer

新入社員紹介

2022年度

10

人の新入社員が
入社しました!

一生懸命
頑張ります!!



営業職

農業に関する知識が乏しいので、先輩方に助けてもらいながら学んでいきたいです。



Name | 永本 久乃 | ながもと ひさの

■出身 北海道
■趣味・特技等
旅行・イラスト

積極的に知識や技術を身に着け、お客様に寄り添った、心配りのできる営業になれるよう頑張ります。



Name | 長谷川 匠 | はせがわ たくみ

■出身 北海道
■趣味・特技等
スノーボード・川釣り・カメラ

入社までトラクターすら見たことがなかったですが、すべてが新鮮で毎日楽しく研修をさせていただいています。スポンジのように吸収して頑張ります。



Name | 手塚 玲緒 | てつか れお

■出身 東京都
■趣味・特技等
キャンプ・車いじり・マウンテンバイク・ギター・バレエ・カラオケ・乗馬

研修風景





入社式

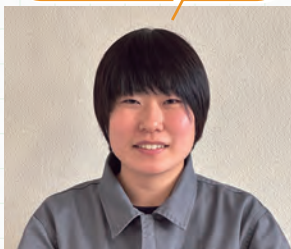


入社式の様子



技術職

一日、一日を大切に
精一杯頑張ります。



Name 谷田部 仁美 やたべ ひとみ

■出身 茨城県
■趣味・特技等
水泳

まだまだ未熟者ですが、先輩方
からたくさんのことを学び、戦力
になれるように努力しますので、
よろしくお願いします！



Name 石川 太陽 いしかわ たいよう

■出身 栃木県
■趣味・特技等
スニーカー集め・ドライブ

入社して覚えることがたくさんあ
りますが、日々精進していきたい
と思います。



Name 清水 亮 しみずりょう

■出身 福岡県
■趣味・特技等
野球

覚えることがたくさんあり、難し
いこともあります、早く会社の
戦力になれるように頑張ります。



Name 増田 拓也 ますだ たくや

■出身 北海道
■趣味・特技等
映画鑑賞・サッカー

まだ覚えることがたくさんありま
す、先輩方から学び少しでも早く
戦力になれるように頑張ります。



Name 西田 海聖 にした かいせい

■出身 鹿児島県
■趣味・特技等
車・バイク

まだまだ未熟者ですが、先輩方から
技術を学び早く独り立ち出来る
ように精一杯頑張ります。



Name 今村 春喜 いむら はるき

■出身 熊本県
■趣味・特技等
映画鑑賞・野球

入社して何もわからない中で先
輩方から沢山学び会社の戦力に
なるように頑張ります。



Name 平野 蒼真 ひらの そうま

■出身 宮崎県
■趣味・特技等
ランニング

研修風景





「50年の感謝・100年への挑戦」をキャッチフレーズとして50年に亘り我社を支えて頂いた多くのお客様に感謝するとともに今後も日本農業の持続的発展を目指し、日本全国のお客様と目的意識を共有し、100周年に向かって共に歩んで行きたいと思えます。

特別 ボディカラー

日本人の「魂」の色。
心の奥に秘めた
平静と激しさ同居する
炎をイメージしました。

特別ライトカウルカラー

目元を引き締めるブラック
クロムライトカウル。



MF5713S | 130.5PS

特別ホイールカラー

「忍耐力」の色。
堅い胡桃の色を
イメージしました。



MF7718S | 201.2PS

50年の感謝 100年への挑戦

1972年12月に当社の前身である東急自動車株式会社より「エム・エス・ケー東急機械株式会社」が分離設立され、2022年12月には「エム・エス・ケー農業機械株式会社」として創立50周年を迎えました。

2022年に『MFM 50th ANNIVERSARY MODEL TRACTOR type SOUL』として50周年の感謝の意を込めて限定販売を実施。50年後に創立100周年を迎える為にも少しでもお客様のお役に立てますように社員一同、取り組んで参ります。



エム・エス・ケー農業機械株式会社


CELMAK

— Tarım Makinaları —

直装式フォーレージハーベスター

チェルマック直装式フォーレージハーベスターは2条刈り・3条刈りの2種類を用意しています。収穫ドラムがデントコーンなどの飼料作物を刈り取り、フライホイール型カッターが細断し、吹き上げを行い運搬車に積み込みます。ドラム式のため、倒伏にも強く、難しい条件下でも作業が可能です。

2条刈りフォーレージハーベスター

SF-CH 125の特長

- 砥石によるナイフ研磨
- Vベルトプーリーの変更による細断長の変更
- 油圧式排出シュート旋回
- 排出シュートの折りたたみは油圧で行われ、根元のロックボルトを緩めるだけで簡単・安全に操作可能
- リア・サイドでの使用が可能



シュート旋回のための油圧システムを搭載



研磨装置によりナイフをいつでもシャープに維持

MODEL:SF-CH 125

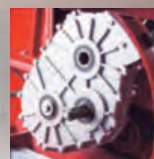
3条刈りフォーレージハーベスター

SF-CH 225の特長

- 砥石によるナイフ研磨
- ギヤボックスシフト変更による細断長の変更
- 油圧式排出シュート旋回 (360°回転)
- 排出シュートの折りたたみは油圧で行われ、根元のロックボルトを緩めるだけで簡単・安全に操作可能
- コニカルデバイダーにより倒伏したコーン等を引き起こし、刈り取りが可能
- 電動アクチュエーターにより正転／逆転の切り替え
- フラップの上下はリモコンのワンタッチ操作で変更可能



倒伏を起こすコニカルデバイダー (SF-CH 225のみ)



フロント・リアどちらの装着でも使用可能 (SF-CH 225のみ)

MODEL:SF-CH 225

■主要諸元 (表)

型 式	単位	SF-CH 125	SF-CH 225
全 長	mm	3,100	2,700
全 幅	mm	3,290	2,400
全 高	mm	3,500	4,100
重 量	kg	1,180	1,900
作業幅	mm	1,220	2,100
トラクター所要馬力	kW/HP	64/90	135/180
PTO	rpm	540	1,000
シリンダーナイフ枚数	枚	12 (フライホイール型)	
排出シュートコントロール		油圧式 (複動1系統)	油圧モーター (複動1系統) (360°回転)
排出フラップコントロール/シュート折りたたみ		※1 油圧式 (複動1系統) / 油圧式 (複動1系統)	
ナイフ研磨システム		標準装備	
刈り高さ調整		—	標準装備 (油圧式 (単動1系統))

※1 コックによる切り替えでどちらかの操作が使用できます。





BOXER-MT 2 central cutting-mixing augers



BOXERはこれまでの横型ミキサーから得た経験値を基に進化されたミキサーです。飼料の形状を問わず、カッティングとミキシングは独自の2セントラルカッティング-ミキシングオーガーによって素早く、均一で高品質なTMR飼料に仕上がります。小型の7m³から24m³の大型モデルまでの幅広いラインアップで畜産・酪農を支援いたします。



■主要諸元(表)

型 式	単位	BOXER-70MT	BOXER-90MT	BOXER-120MT	BOXER-150MT	BOXER-180MT	BOXER-210MT	BOXER-240MT
容 量	m ³	7.0	9.0	12.0	15.0	18.0	21.0	24.0
全 長	mm	5,065	5,750	6,125	6,525	7,065	7,360	7,700
全 幅	mm	2,180		2,275		2,455		
全 高	mm	2,095	2,215	2,395	2,650	2,715	2,905	3,100
所要馬力	kW/HP	40/55	44/60	51/70	62/85	70/95	81/110	88/120
機体重量	kg	3,560	4,470	5,080	5,460	6,260	6,920	7,340
最大積載時重量	kg	7,000	8,800	10,000	11,000	13,000	14,000	15,000

※おおよその寸法・重量であり、オプションによって異なります。



トプコン自動操舵システム XD/AGS-2キット

自動走行で作業がラクラク

近年GPSを活用した先進農業が話題となっており、国の補助事業も関連して特に北海道では、トラクターにおけるGPSを使用した自動操舵が一般的になってきました。また自動操舵に加えGPSと作業機を連動した農作業、特にファタライザー、スプレッダー、プランターによるセクションコントロールや可変施肥なども実際に行っている方や、試験なども実施されています。

しかし本州、四国、九州はまだこれから自動操舵が普及する段階です。

圃場内でトラクターが自動的に真っ直ぐ走るのは非常に便利な機能だと思うが作業機との連動は必要ない、これから初めて自動操舵に挑戦する、自動操舵機能だけで十分という農家さんにおすすめの新機種、自動操舵に特化したシンプル＆低価格モデルがトプコンから発売されました。



新しく小型化したアンテナレシーバー搭載、
以前はGPS、GLONASSのみ受信可能でしたが、
新型からGalileo(EU)、みちびき(日本)、Beidou(中国)も
受信できるようになりました。
RTK補正データ(有料)を使用すると
センチメートル精度(約2cm)でのガイダンスが可能です。



自動走行を可能にする
電動ステアリング

日中モード

夜間モード



昼夜表示切替可能で、ガイダンス操作が使いやすい
7インチXDコンソール

●システム構成



※取付けには機器に合った対応部材が必要です。



**MSK仕様キットには
ホーンスイッチも標準装備**

初めての自動操舵、または2台目、3台目の簡易自動操舵作業に是非ご検討ください。





畜産農家・施設園芸農家用
トラクターPTO駆動発電機

非常用発電機

トラクターによるPTO駆動の交流発電機です。非常時(停電期間)の三相、単相電源の確保に役立ちます。3点吊り上げ方式で移動性に優れ、どこでも使えます。カーボンブラシを一切使用しておりませんので、故障知らずの安心と耐久力を長期に渡ってお届け出来ます。

ミルクパラー、パイプラインミルク、バルククーラー、バーンクリーナー、コンベアー、温水洗浄機など、畜産、酪農施設には電動施設が欠かせません。非常時の電源供給にトラクターPTO駆動の発電機をおすすめします!!



■高速回転型仕様諸元(表)

名称	トラクター駆動発電機							
型式	TSN-10HPT	TSN-20HPT	TSN-30HPT	TSN-40HPT	TSN-50HPT	TSN-60HPT	TSN-100HPT	
駆動方式	トラクターPTO軸駆動 50Hz:800回転 60Hz:960回転							
機体寸法	全長:単体 (mm)	985		1125		1325	1325	
	全幅 (mm)	600		690		690	780	
	全高 (mm)	950		1080		1080	1290	
機体質量(重量)	(kg)	225	290	340	375	530	575	830
形式	回転界磁形交流発電機							
三相三線出力	10kVA/8kW	20kVA/16kW	30kVA/24kW	40kVA/32kW	50kVA/40kW	60kVA/48kW	100kVA/80kW	
単相三線出力	3kW			5kW				
発電機	電圧 50Hz=三相三線:200V 単相三線:100/200V. 60Hz=三相三線:220V 単相三線:110/220V							
力率	三相80% 単相100%							
励磁方式	ブラシレス自動式 (AVR±2.5%)							
周波数	50Hz 又は 60Hz							
定格	連続							
必要最低馬力数	15馬力以上	30馬力以上	45馬力以上	60馬力以上	75馬力以上	90馬力以上	150馬力以上	
標準塗装色	レッド							

※低速回転仕様 オートヒッチ対応型 日農工タイプもございます。



フィルムやネット、サイロバックをスムーズに切り開く!

SPX S118497 ヘイカッター

牧草ロールを密封したサイレージフィルム、牧草ロールを成型する際に使用したネットやトワイン、フレコンバックなどの大きな袋を開けるための安全で使いやすいハンドル付きナイフです。刃の部分は折りたためるようになっており持ち運びや保管の際も安全です。手袋をしていても使いやすい大きなハンドル。サイレージ廃液に触れずにフィルムを切り開いたり、フレコンバックに近づかないために、あてのロング設計。刃とは反対についたフックは切り離れたトワインなどを集めるのに便利です。



ビビットな
イエローカラーは
存在感抜群!



刃はネジで止めてあります



折たたんでハンドル部に
収納出来ます



ロングハンドル
設計で、
無理な体勢に
なることなく
簡単に切開
できます。

長いハンドルと耐久性のあるナイフは、サイレージやフレコンバックの切開を簡単にします。

ハンドル寸法	長さ760mm×幅40mm(握り部分66mm)×厚さ25mm	材質	プラスチック・スチール(刃部)
ナイフ寸法	長さ61mm×幅19mm×厚さ5mm	重量	500g

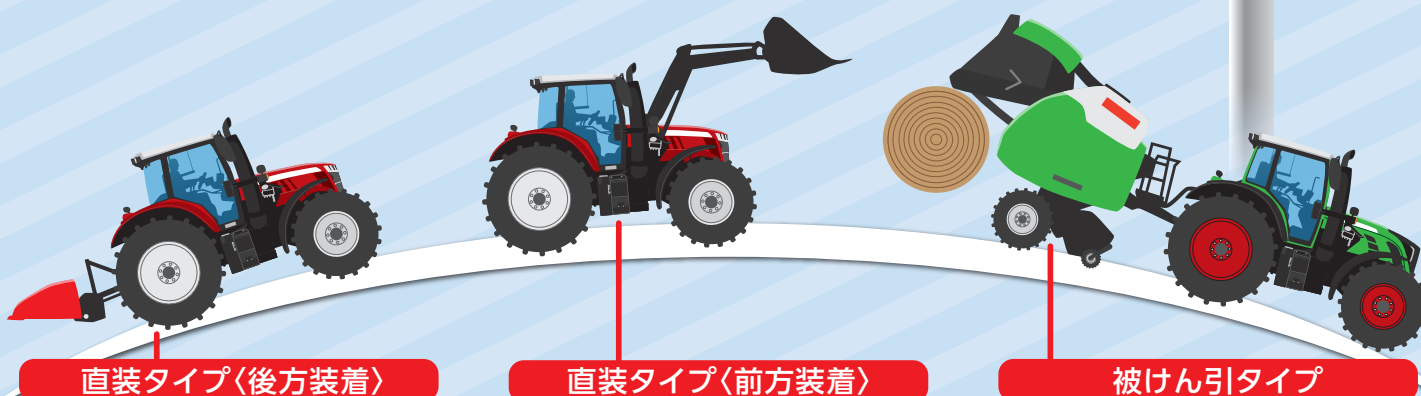
※使用後は安全のため必ず刃を収納してください。※周囲の安全を十分ご確認できる所でご使用ください。※本来の用途以外には使用しないでください。



作業機を装着・
けん引した
状態のトラクタが、
制限事項を満たした場合に
公道走行が可能となりました。



**制限事項に
ご注意ください!**



直装タイプ〈後方装着〉

直装タイプ〈前方装着〉

被けん引タイプ

制限事項とは?

作業機の種類(直装式またはけん引式)に関わらず、寸法に対応した灯火器類、標識と表示の備え、運行速度、必要な運転免許を確認する必要があります!

けん引式作業機の場合は、前提条件として、「農耕作業用トレーラ」として保安基準を満たし、連結装置に追加して、農耕トラクタとけん引式作業機を安全チェーン等で固定する必要があります。

詳細は、一般社団法人日本農業機械工業会ホームページ(<http://www.jfmma.or.jp/koudo.html>)に公開されているガイドブックに説明されていますのでご覧ください。直装作業機用、農耕作業用トレーラ用、大型特殊自動車編が公開されています。

(2022年12月現在)。



お使いの携帯電話にQRコード読み取り機能がある場合は、右のQRコードを読み取るだけでURLが表示されますのでご利用ください。





GLOBAL TOPICS

海外事情から知る ニッポン農業

国連が指摘し、アメリカで普及が進む「不耕起栽培」 土壌の保護と、地球温暖化対策としても注目度UP！

全世界の科学技術者を対象に、独創的で飛躍的な成果を挙げ、科学技術の進歩に寄与した人に与えられる「Japan Prize」（日本国際賞）。公益財団法人国際科学技術財団が顕彰を行う同賞を2019年に受賞したラタン・ラル博士（オハイオ州大学特別栄誉教授）の研究テーマは「食糧安全保障強化と気候変動緩和のための持続的土壌管理手法の確立」でした。その中心となっているのが「不耕起栽培」。土壌の保全に有効であるという「耕さない農業」の考え方が少しずつ広がりを見せ始めています。

土壌を耕して肥料を撒き、種を蒔いたり苗を植えて作物を育てる。長らく、当たり前と思われてきた農業の姿が、今後は変わっていくかもしれません。ラル博士が研究を通して実証したのが、不耕起栽培＝耕さない農業が土壌保全に有効であるということです。この不耕起栽培の急先鋒となっているのがアメリカです。かつてアメリカ中西部に入植した農民も、有史以来の方法で耕作を行いましたが、その結果、地表が乾燥して土壌の侵食が進み、1930年代には養分を含む表土が雲のように舞い上がり、東海岸まで届くほどでした。これを機に不耕起運動が始まったというのが、その経緯です。

雑草を抑えるために、土壌の環境を変えることが耕作する一つの理由です。そこに、対象となる作物に効果的な肥料を入れることで、効率よく良質な産品が収穫できます。一方で、土を耕すと地中に酸素が供給されるため、有機物の分解が進み、本来の生態系が崩れるという弊害があることは、以前から指摘されていました。これが続くと、将来的には人類の生存を脅かしかねないという認識が広がり、国連食糧農業機関（FAO）では、劣化した生態系や土壌を再生し、食糧生産を改善する「耕さない環境保全型農業」を提唱しています。

不耕起栽培は、土を耕さないというだけでなく、土を風雨による流出から守るとともに土壌生物の栄養とするためマメ科などの

植物で被覆する、牛などの動物を入れて排泄物を肥料とするなど、さまざまな原則を取り入れなければ効果は出ないとされ、急激な転換は簡単ではなさそうですが、アメリカ国内の小麦・トウモロコシ・大豆の不耕起栽培の比率は6割を超すという同農務省の調査もあるそうです。

世界ではまだ、1割にも満たないとされる不耕起栽培ですが、たとえばカンボジアでは2004年からフランスなどの協力を得て試験プロジェクトが始まり、政府の環境保全型農業サービスセンター（CASC）という組織が2014年に設立。実験栽培、農家への普及を行うなど、アジア圏でも動きがみられます。

国連気候変動に関する政府間パネル（IPCC）によると、世界の温室効果ガス排出量のおよそ1/4が農林業などの土地利用によるものだそうです。土壌はある意味、炭素の貯蔵庫であり、これを耕すことで、植物の根や微生物がためこんでいる炭素が大気中に放出され、地球温暖化の原因となります。人類の農業活動によって排出されてきた炭素量は、現在、問題視されている産業革命以降の化石燃料の燃焼によるCO₂を上回っているとされ、不耕起栽培と被覆作物を組み合わせることで、地球温暖化問題の解消に貢献できることがわかっています。新たな農業の手法として不耕起栽培が普及するかどうかは、将来を大きく左右するかもしれません。





ニッポンの食材

トマト

知ってた!? 身近な食材のこんなコト

生食で、パスタソースやスープとして、鮮やかな赤色で食卓を彩るトマトは、ケチャップやジュースにも加工されるなど、野菜のなかでも異色の存在。日本には当初、観賞用として入ってきました。トマトが赤くなると医者が青くなるといわれる、栄養豊富なこの作物。熊本県に次いで、意外にも北海道が生産量国内第2位という、実は身近な存在です。



南米からヨーロッパへ渡ったナス科植物

トマトの原産地はペルーのアンデス山脈で、メキシコ先住民のアステカ族が栽培を始めたといわれています。原種は直径2cmほどの大きさで、メキシコに渡って作物化が進められました。トマトの名前は、彼らの言葉でトマトゥル（膨らむ果実）が由来とされます。このトマトは、1500年代にメキシコに上陸したスペイン人の手によって、ヨーロッパへと伝わっていきます。もっとも、有毒植物のペラドンナに似ていたことや、食器に含まれる鉛を溶かし中毒が発生したことなどから、主に観賞用でした。ちなみに、トマトはナス科ナス属の植物で、ナス、ジャガイモと同じ種です。



最初は観賞用として。本格普及は戦後

トマトが観賞用だった時期は長く続き、18世紀になって南欧で食用として利用されるようになります。イタリアのパスタソースとしてトマトが定番になったのは、意外にも最近のことなのです。一方、北米での普及は遅く、19世紀以降になってからでした。

日本にトマトが伝わってきたのは、江戸時代の初期といわれます。狩野派の絵師・狩野深幽が1668年に「唐なすび」と題して描いたスケッチが残っているほか、1709年には養生訓で知られる貝原益軒が著書「大和本草」のなかで

「唐ガキ（柿）」として紹介しています。ただ、青臭さと、真っ赤な色が敬遠され、日本でも当初は観賞用として珍重されるのみでした。食用としてトマトが利用され始めたのは明治以降で、欧米から輸入された小型の品種だったそうです。食の西欧化も背景にあるようですが、やはり青臭さが敬遠されるきらいもあり、日本人の味覚に合った品種が栽培され、一般的な食材となっていくのは昭和に入ってから。アメリカから入ってきた大型品種が戦後、急速に普及していきました。



抗酸化作用のあるリコピンが豊富

トマトは、1個40kcal程度と低カロリーでありつつ、栄養価が高い野菜です。特に、美肌効果があるとされるビタミンC、老化防止が期待されるビタミンEが豊富で、さらにミネラルや食物繊維などをバランスよく含んでおり、ヨーロッパには「トマトが赤くなると医者が青くなる」ということわざもあるほどです。

また、特徴的な赤い色素でポリフェノールの一種・抗酸化作用のあるリコピンが豊富に

含まれていることが、他の野菜にはない特徴。リコピンは熱を加えても壊れにくく、かつ脂溶性なので、生食よりも加熱調理をした方が摂取効率を高めることができます。

近年は、ミニトマトの普及が進んでいるほか、味覚・割れやすさなど、多様な観点から常に改良が行われて新しい品種が生まれているトマト。甘味の強いフルーツトマトが人気となっています。

団らんレシピ♪

栄養豊富、見た目も鮮やか! 豆腐とトマトの卵炒め

リコピンなどトマトの栄養素と、良質な豆腐のタンパク質を手軽に摂ってヘルシーに。体の調子を整える一品は、寒い冬の健康管理におすすめです。

材料 (2人分)

- | | |
|-----------------|--------------|
| ・トマト(完熟) 1と1/2個 | (A) |
| ・絹ごし豆腐 1丁 | ・しょうゆ 大さじ1/2 |
| ・卵 1と1/2個 | ・みりん 大さじ1/2 |
| ・青ねぎ 1本分 | ・塩 小さじ1/4 |
| ・ごま油 大さじ1 | ・こしょう 少々 |



トマトの酸味が食欲をそそる、中華風の味つけです!



① トマトはへたを取りひと口大の乱切りに、豆腐は水切りしてひと口大に切る



② フライパンを熱してごま油を大さじ1/2をひき、トマト、豆腐を入れて強火で炒める



③ (A)を加えて絡め、ごま油大さじ1/2を鍋肌から足し、溶き卵を回し入れて手早く半熟状に炒め合わせて青ネギを散らす



る〜び Light
#06

<https://www.mskfm.co.jp>
多目的広場 ▶ 広報誌「る〜び」



MSK FARM MACHINERY CORPORATION

エム・エス・ケー農業機械株式会社