



農産物  
レシピ  
その①

「クリーミーな赤みが食欲そそる」

### 「トマトのドレッシング」

調理時間：約15分

**材料**  
 熟したトマト 150g  
 卵黄 1個  
 塩コショウ 少々  
 酢 少々  
 砂糖 少々  
 醤油 少々  
 黒胡椒 少々  
 生クリーム 100g

**作り方**

① トマトは皮を剥き、1cm角にカットし、生クリームと合わせてミキサーで混ぜる。

**ポイントアドバイス**  
 トマトは熟した方が美味しく、生クリームは室温に戻して混ぜるとよく馴染みます。また、生クリームは泡立て機で泡立てると、ドレッシングの仕上がりがさらさらになります。



熟したトマトは皮を剥き、1cm角にカットし、生クリームと合わせてミキサーで混ぜる。



農産物  
レシピ  
その②

「カンタン」ミキサーで混ぜるだけの簡単ドリンク」

### 「ゴーヤーとパインのスムージー」

調理時間：約5分

**材料**  
 ゴーヤー 1本  
 パイン 1/2個  
 水 100ml  
 蜂蜜 少々

**作り方**

① ゴーヤーは皮を剥き、パインは皮を剥き、水と一緒にミキサーで混ぜる。

**ポイントアドバイス**  
 ゴーヤーは苦味を減らすために、蜂蜜を加えると美味しく飲みやすくなります。また、パインは皮を剥き、水と一緒にミキサーで混ぜると、スムージーの仕上がりがさらさらになります。



ゴーヤーは皮を剥き、パインは皮を剥き、水と一緒にミキサーで混ぜる。



農産物  
レシピ  
その③

「野菜をカリッと噛みしめて味わう幸せな味」

### 「インゲンとカボチャのクッキー」

調理時間：約30分

**材料**  
 インゲン 100g  
 カボチャ 100g  
 小麦粉 100g  
 砂糖 50g  
 卵黄 1個  
 塩コショウ 少々

**作り方**

① インゲンは皮を剥き、カボチャは皮を剥き、小麦粉、砂糖、卵黄、塩コショウと一緒にミキサーで混ぜる。

**ポイントアドバイス**  
 インゲンは苦味を減らすために、砂糖を加えると美味しく食べられます。また、カボチャは皮を剥き、小麦粉と一緒にミキサーで混ぜると、クッキーの仕上がりがサクサクになります。



インゲンは皮を剥き、カボチャは皮を剥き、小麦粉、砂糖、卵黄、塩コショウと一緒にミキサーで混ぜる。

消費者の皆さんのちょっとした気遣いで  
 「沖縄の環境保全」や「農家の育成」に貢献する。  
 そんな認定制度です。

## 環境保全型農産物



エコファーマー 特別栽培農産物 有機JAS

### レシピコンセプト

「環境保全型農産物」の活用を促すためのレシピを、環境保全型農産物の産地である沖縄県を中心に、県民の皆さんに提供することを目的として、本冊子を作成しました。本冊子には、環境保全型農産物の活用を促すためのレシピを、環境保全型農産物の産地である沖縄県を中心に、県民の皆さんに提供することを目的として、本冊子を作成しました。





## 環境にやさしい農業を実現する農家の証 エコファーマー

エコファーマーは土づくりに取り組み、化学肥料や農薬使用の低減に取り組む農家さんに与えられる認定です。下記の3つの技術を一体的に取り組む計画に対し、お奨励知事が認定されます。



土づくり



化学肥料類等  
使用の

30%以上低減



化学農薬類  
使用の

30%以上低減

### 計画を申請できる方の要件

- 農業をシヤスで規定する販売農家
  - ・販売地域面積 → 30a(900坪)以上
  - または
  - ・販売地域販売金額 → 80万円以上(年間)
- 一般的水準より基準が高く、増産力に優れた者  
個々の場合における作物の選別、栽培する種、導入する技術などの各要素の選別に關し、自ら決定するだけの増産力を有する者。
- 導入計画の内容の公開に同意できる者



## 土をいたわり、環境にやさしく 特別栽培農産物

特別栽培農産物は、産地の自然環境を高めるため化学合成農薬・化学肥料(一部除く)の使用低減を基本としています。対調の土壌を豊かにさせると共に、産地による産地への負担をできる限り低減して生産された産物に認定されます。特別栽培農産物認定を受ける為には以下の2つの要件を満たす必要があります。



地域の慣行農産物  
栽培レベルに比べて  
肥料対象農薬  
50%以下



地域の慣行農産物  
栽培レベルに比べて  
化学肥料(窒素成分)  
50%以下

特別栽培農産物(通して「トクサイ」)は増産見込が認定する増産量の農薬・肥料・農薬の使用量(慣行)の削減や、増産(増産を育てる場所)の環境改善を経て、産地が行われる産地産出です。



## 有機 JAS

産地や化学肥料などの化学物質に頼らず自然界の力で生産された食品に認定される制度。産地物、加工食品、飲料及び畜産物が対象です。有機食品のJAS規格に適合した生産が行われていることを登録産地機関が検査し、その結果、認定された産地産のみが有機JASマークを貼ることができます。「有機」「オーガニック」などの名産の表示は法律で「有機JAS」に認定された物だけに表示できます。



## 環境保全型農産物

(エコファーマー/特別栽培農産物/有機JAS)の認定あり

認定基準	化学合成農薬・化学肥料の減使用レベル		
	エコファーマー	特別栽培農産物	有機農産物
肥料削減率	30%以上削減	50%以上削減	100%削減
農薬削減率	30%以上削減	50%以上削減	100%削減
認定対象	農産物	農産物、加工食品、飲料	農産物、加工食品、飲料
有効期間	5年(更新あり)	1年(更新あり)	取得後更新がない限り5年(更新あり)
マーク			

どの制度も消費者の健康に配慮し、外側の環境の負荷を削減。環境保全型農産物を「買って食べる」ことは、どんなでもできる「未来の計画の土づくりと農家育成」につながる貢献活動です。

消費者の皆さんの、ちょっとした気遣いで「未来の沖縄の土づくりや農家育成」に貢献する。  
そんな認証制度です。



# 環境保全型農産物



各都道府県に認定された  
エコファーマーによって  
栽培された農産物



沖縄県が認証する  
特別栽培農産物認証制度に基づき  
認証を受けた沖縄産農産物



認定機関名

国のJAS法に基づき  
「有機JAS規格」の検査認証を  
受けた農産物

環境保全型農産物には「認定者により栽培された農産物」や「認証された農産物」といった上記の3つの制度があります。

環境への負担軽減の理念のもと、化学合成農薬・化学肥料(一部除く)の使用を  
普通に栽培された農産物と比べ「減らし」たり、あるいは「使用しない」農産物であり  
「購入することや食べること」で、地域の環境に配慮し、環境に配慮する農家を応援できる農産物です。

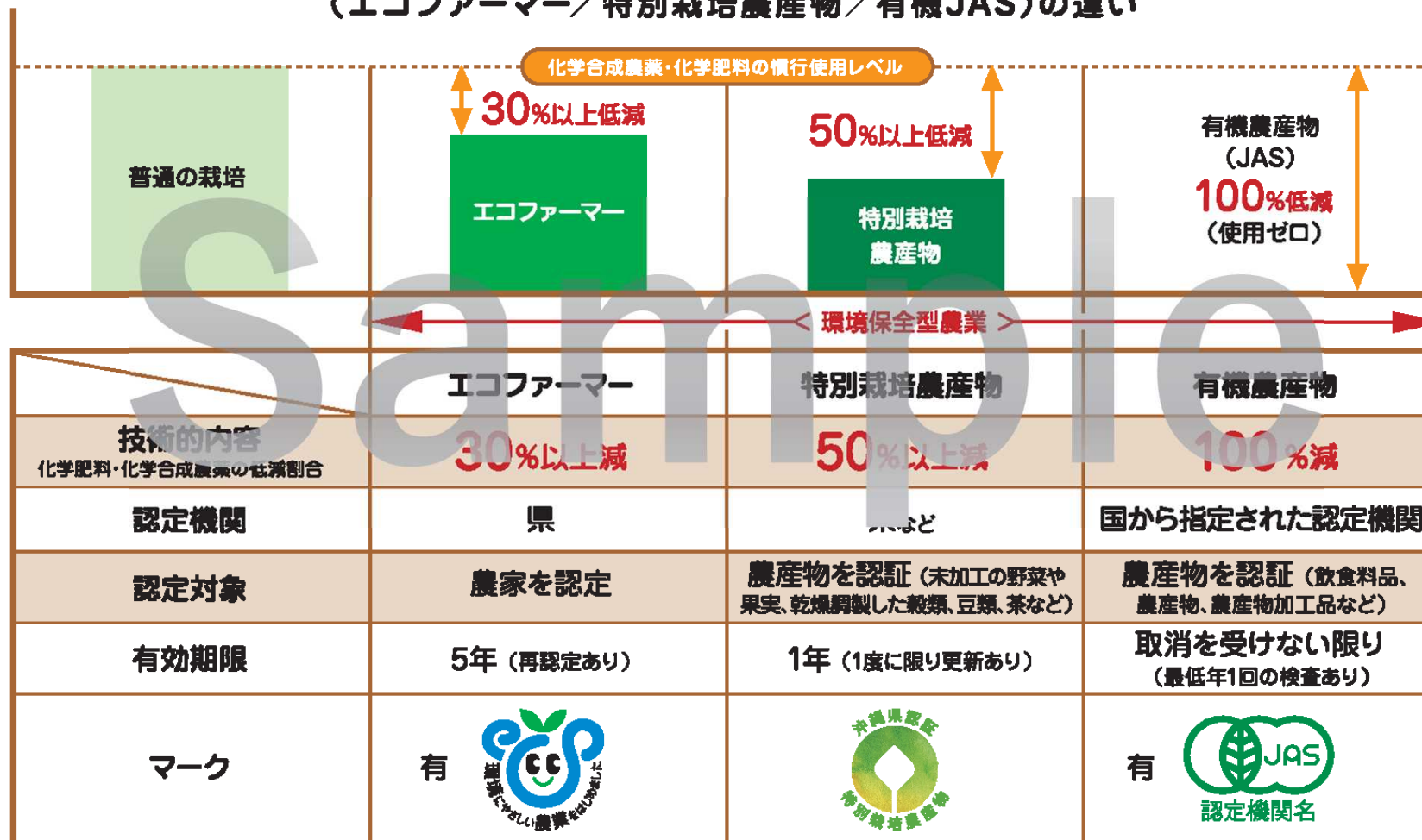
## 「気にかけて、購入してみる。」

環境保全型農産物を「買って・食べる」ことは、どなたでもできる  
「沖縄の環境保全」や「農家の育成」につながる消費活動です。

# 環境保全型農産物



(エコファーマー／特別栽培農産物／有機JAS)の違い





環境にやさしい農業を実践する農家の証

# エコファーマー



土づくり



化学肥料窒素使用  
の30%以上低減



化学合成農薬使用  
の30%以上低減

の**3**つの技術を  
一体的に取り組む計画への認証





エコファーマー認定農家



エコファーマー認定農家



エコファーマー認定農家



エコファーマー認定農家



エコファーマー認定農家



エコファーマー認定農家



土をいたわり、環境にやさしく  
**特別栽培農産物**

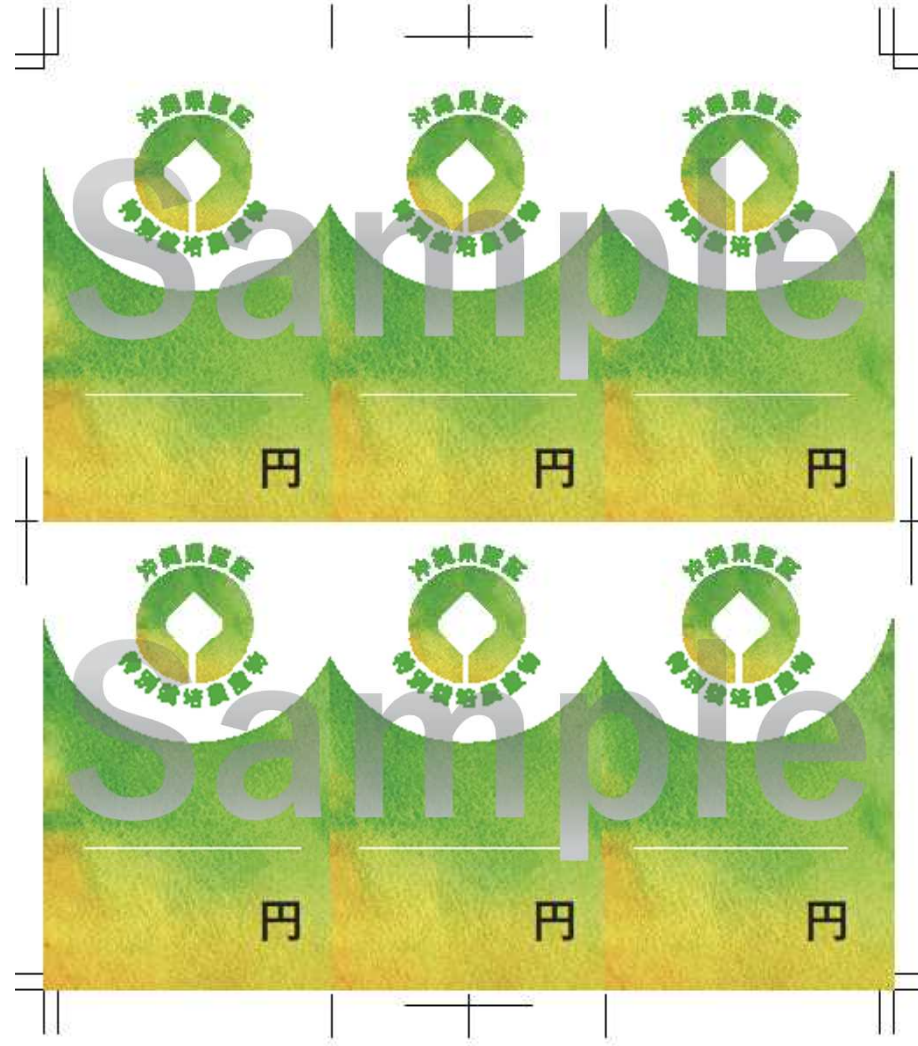


地域の慣行農産物  
栽培レベルに比べて  
節減対象農薬  
50%以下



地域の慣行農産物  
栽培レベルに比べて  
化学肥料（窒素成分）  
50%以下

で育てられた沖縄産の農産物への認証







**有機JAS**

農薬・化学肥料  
不使用

オーガニック

自然界の力で  
生産された  
食品に認証

国から指定された登録認証機関が検査し  
その結果、認証された事業者のみが  
有機JASマークを貼ることができます。  
「有機」「オーガニック」などの名称の表示は  
法律で「有機JAS」に認証された物のみに表示できます。

# 沖縄県産オーガニック野菜



有機JAS

農薬・化学肥料  
不使用

オーガニック

自然界の力で  
生産された  
食品に認証



有機JAS認定農家

有機JAS認定農家



有機JAS認定農家

有機JAS認定農家



有機JAS認定農家

有機JAS認定農家