

どうまい青果物だより

2023年8月号

どうまい青果物だよりは、“東三河”の農産物を中心に様々な野菜・果物の“美味しい”を発信します！旬の青果物、オススメの食べ方や食べ合わせなど野菜ソムリエならではの視点で魅力をお伝えします！

「8月の記念日」

8/8 ブルーベリーの日

ブルーベリーの頭文字BBが88の数字に見えることから、制定されました。



8/1 パインの日 8/17 パイナップルの日

沖縄県の農林省によって「8(ぱ)1(い)ん」の語呂合わせでパインの日制定されました。

また、8/17も「8(ぱ)1(い)7(な)っぷる」の語呂合わせによって決められました。

沖縄県では8月はパイン消費拡大月間とされています。



「品質日本一！使い方無限大？！ ～冬瓜～ 」 旬：7～9月頃

JA豊橋南部琉球冬瓜同好会で生産されている冬瓜は全国トップクラスの品質を誇っています。

「**豊橋なんぶとうがん**」のブランド名が付けられ、その皮の美しさから横浜中華街などでは表面に精巧な彫刻を施すベジタブルカービングの素材に用いられ「**食べられる器**」として重宝されています。栽培時には、傷つけないように1玉1玉丁寧にマットを敷くなど、全体がキズやムラのない緑濃色に輝く皮になるよう大切に栽培されています。煮物が定番の冬瓜ですが、生(サラダ)・

焼く・煮る・揚げる、など様々な調理に馴染みます。クセが少ないので、砂糖などで甘く煮てコンポートのようにしても美味しく食べることが出来ます。夏に旬を迎える冬瓜ですが、皮に厚みがあるため丸のまま冷暗所に保管すれば、2～3ヶ月(冬まで)保存することが可能なことから冬瓜と名付けられたとされています。



〈おすすめの保存方法〉

- ・丸のまま…冷暗所で保存
- ・カット…皮をむいてから使いやすいサイズにカットして冷凍保存

「豊橋生まれのぶどうの王様 ～種なし巨峰～ 」 旬：6～7月頃

ぶどうの中でも**果実の粒や房がひときわ大きく、甘い果汁が果実いっぱい詰まっている**巨峰。

「**ぶどうの王様**」とも呼ばれる日本が原産のぶどうです。巨峰という名前は商品名で、巨峰が開発された研究所から見える富士山にちなんで名付けられたそうです。品種としての正式名称は“石原センテナル”といいます。豊橋では昭和20年代から栽培が始められました。恵まれた立地条件をいかして、昭和50年頃には**全国に先駆けて種なし巨峰の生産に成功**しました。種を気にすることなく巨峰の美味しさを味わうことができるのは、種なしだからこそその魅力です。



〈おすすめの保存方法〉

- ・房のまま…なるべく実が負担がかからないよう一房ずつ乾燥しないポリ袋などに入れ、野菜室へ
 - ・一粒ずつ…実を傷つけないようハサミで実から枝を2～3ミリ程度残して切り離しジップロックなど密封袋に入れて野菜室へ
- ※水に浸けると傷みが早くなるので、洗うのは食べる直前に

作成 大一青果(株) 菰田 朋香



野菜ソムリエ協会認定野菜ソムリエプロ

食生活アドバイザー2級・3級

薬膳インストラクター、アレルギー対応食アドバイザー

TEL：(0532) 53-1160(代)

FAX：(0532) 53-1360

E-mail：daiichiseika.kmdtmk@gmail.com

大一青果(株)

ホームページ

