

7月の地場産食材 **きゅうり**



海士里ちゃん献立は「きゅうりの香り漬け」です！

織田地区のきゅうり

給食に使われているきゅうりの多くは、織田地区で生産されたものです。織田地区の涼しい気候を活かし、特産品として栽培されており「織田きゅうり」という名前で親しまれています。歯切れが良く、甘くみずみずしいのが特徴で、何もつけなくても美味しく食べることができます。また、ブルームという白い粉が出ないことも、織田きゅうりの特徴の一つです。5月頃から収穫するものはハウスで栽培されており、7月頃からは露地（畑）でつくられたものが主になります。



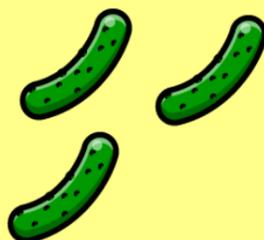
きゅうりの収穫は早朝と夕方の1日2回行い、新鮮なうちに農協などへ出荷します。給食に使われるきゅうりも、農家の人たちが、収穫して間もない新鮮なものです。



きゅうりのフコ情報

キュウリについている白い粉はブルームと呼ばれ、キュウリ表面の水分が蒸発するのを防ぐためにキュウリ自身が出す粉です。

現在は、品種改良によって、最初からブルームのない品種「ブルームレス」が誕生し、お店で見られるほとんどは“ブルームレスきゅうり”です。



きゅうりの栄養

きゅうりは96%以上が水分で、カロテンもピーマンと同じくらい多く含まれています。さっぱりと口中を洗ってくれるような独特の食感が魅力です。水分補給が必要な夏、熱中症予防にも効果的な野菜です。

