



きくちさんデー



12月

ブロッコリー

「きくちさんデー」では、菊池地区で生産される旬の食材を紹介します。

今では1年中見かけるようになったブロッコリー。でも本来の旬は、秋から春先にかけての寒い時期です。菊池市内のいたるところで栽培が行われています。

ブロッコリーには、ビタミンAに変わる「カロテン」や「ビタミンC」がたっぷり含まれています。また、強い抗酸化成分も含んでいることから、がん予防や生活習慣病対策として、健康な体づくりのために意識的に食べる人が増えています。



株の直径は20cm以上のビッグサイズ!!
葉っぱはもっと大きく、50cmくらいあります。

鞍岳山のももとしてスクスクと育っていました。



クイズに
挑戦せん!



＜くもんだい＞ブロッコリーは、花のつぼみ部分を食べますが、そのまま花を咲かせたら何色の花が咲くでしょうか

- ① ピンクいろ
- ② むらさきいろ
- ③ きいろ

こたえ：③

菜の花のような黄色い花が咲きます。