



きくちさんデー

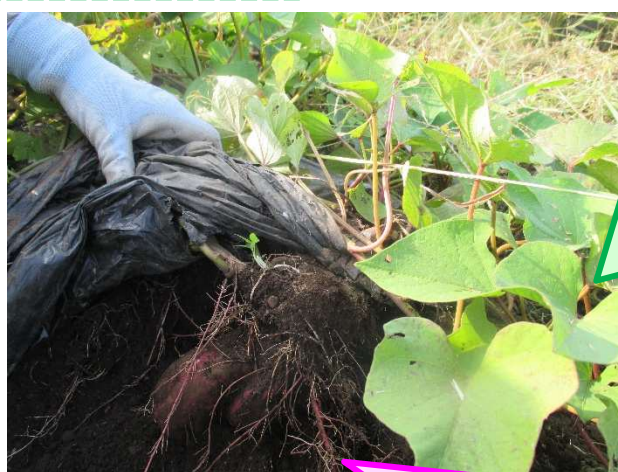
11月 さつまいも

「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します。

菊池市の村上円さんのさつまいも畑におじゃましました。農薬や化学肥料を使わない有機栽培で、食べる人の心や体が元気になる野菜作りに取り組まれています。葉やつるも肥料となるように小さく切って土に返し、次の世代のさつまいもの肥料にされていました。体にととても良いさつまいもですね。



葉から、太陽の光をしっかり受け取ります。



収穫後は15℃位で3週間貯蔵します。芋のデンプンが糖に変わって甘くなります。

3月半ばから健康な種芋を選別して育てたり、土作りを行ったりして、5月下旬～7月に畑に植えます。水やりは自然の雨の力を利用しています。梅雨明けからは大量の草取りに苦労しているそうです。土の中では太陽や土から自然のパワーをたくさん受け取ったさつまいもが元気に育っていました。

クイズに挑戦!



<もんだい> おいしい「さつまいも」を見分けるには、どんなものを選ぶと良いでしょう?

- ① 軽くて、皮がシワシワなもの
- ② 重みがあり、皮にツヤがあるもの
- ③ 皮に傷が多く割れているもの

こたえ: ② 水分が豊富で、実がぎっしり詰まったものを選びましょう。