

菊池のおいしい旬の味



きくちさんデー



6月

アスパラガス

「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。

ほのかに甘くおいしい春から初夏が旬の野菜です。緑や白、紫色のアスパラガスがあります。体の調子を整えるビタミンや食物繊維がたっぷりです。

アスパラガスに含まれるアスパラギン酸は、うま味成分の1つで、体の疲れをとってくれるはたらきもあります。



せいさんしゃ おがた
生産者の緒方さん

アスパラガスは4月～10月頃に収穫されます。特に4～5月が最盛期です。アスパラガスを育てる時のポイントは、温度と水の管理が重要だそうです。とっってもりっぱなアスパラガスがたくさん育てていました。給食でもお楽しみに♪



の伸びてきた芽を、長さを測ることができ、ハサミで収穫します。成長が早いので収穫は休みがなく毎日行われます。

クイズにちょうせん！



<もんだい> ホワイトアスパラガスは、あることをして、色を白くしています。それは次のどれでしょう？

- ① 雪の中で育てる
- ② 牛乳をかけて育てる
- ③ 日光に当てずに育てる



こたえ

③