

どうまい青果物だより

2023年7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！

「7月の記念日」

7月には野菜や果物にまつわる記念日がたくさんあります。

1日 じゅんさいの日、4日 シーザーサラダの日、6日 サラダ記念日、7日 高菜の日、赤しその日、10日 冬瓜の日、ブナピーの日、15日 うらかわ夏いちごの日、19日 やまなし桃の日、愛知いちじくの日、27日 スイカの日、30日 梅干の日、31日 菜の日に加えて日付が決まっています毎月ある6日 メロンの日、17日 国産なす消費拡大の日、19日 いいきゅうりの日、23日 国産小ねぎ消費拡大の日もあります。

ちなみに幻の農産物とも呼ばれる「じゅんさい」の日は日付が英語の6月(ジューン)と31(さい)日の語呂合わせなのですが、この日は存在しない幻の日のため、翌日の7月1日になりました。



「鮮度を保って、甘味たっぷり ～とうもろこし～」 旬：7～9月頃

とうもろこしは年々改良が進み、新鮮なものは生でも食べられるほどに甘味の強い品種も出てきました。温暖な気候が特徴の豊橋市では、昭和45年頃から南部地域を中心に栽培されてきました。とうもろこしの中でも、私達が野菜として食べている甘味の強いとうもろこしは、**スイートコーン**と呼ばれています。スイートコーンにはたくさんの品種がありますが、豊橋市ではゴールドドラッシュやサニーショコラ、などが主に栽培されています。JA豊橋から出荷されているスイートコーンは「とよはしコーン」と呼ばれ、粒がふっくらとしてやわらかで、**ボリュームがあり、鮮やかな黄色をしています。鮮度を保つため収穫されてすぐ真空予冷がかけられています。**真空予冷は冷蔵庫よりも短時間で冷やすことが出来るため、より鮮度を保つことが出来ます。鮮度が落ちると共に甘味も減って、粒も硬くなってしまいうため出来る限り早く調理をするようにしましょう。



〈おすすめゆで方〉

薄皮が全体に1枚ずつ残っている状態で水と塩少々が入った鍋に入れ、水から火にかけます。水が沸騰してから5分程度茹でる。ふっくらとみずみずしく仕上がります。

「豊橋自慢の大きな桃 ～勘助白桃～」 旬：6～7月頃

豊橋市では、北部地域の石巻・賀茂地域を中心に「ちよひめ」「日川白鳳」「みさか白鳳」

「勘助白桃」の4品種が主に栽培されています。中でも「勘助白桃」は、賀茂町の山本勘次さんが昭和38年(1963年)に発見し、昭和56年(1981年)に品種登録された豊橋生まれの桃です。発見者である山本さんと一文字違いの知将、山本勘助(※)にちなんで命名されました。大玉でジューシーな甘みが特徴の「勘助白桃」は、**出荷時期がわずか2週間程度**と短く、期間限定の味覚として毎年心待ちしてくださるファンの方が多く知られており、豊橋市自慢の逸品です。

※山本勘助…「風林火山」の主人公として知られる、武田信玄の軍師として活躍した戦国武将。豊橋市賀茂が出生の地という説がある。



〈良いものの選び方〉

- ・皮にキズがない
- ・ずっしりと重みがある
- ・ふっくらと丸みがある
- ・縦と横のバランスが良い

〈保存方法〉

- ・熟していないものは、常温で追熟させる
- ・保存するときは紙袋に入れ冷暗所へ
- ・食べる2～3時間前に冷蔵庫へ入れる



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

