

ふるさと食材伊万里の日

4月 アスパラガス



今日はふるさと食材伊万里の日です。

令和6年度1回目の食材は、今が旬のアスパラガスについて紹介します。

早速ですが、クイズです。

アスパラガスには、何種類あるでしょうか。

3種類

グリーン
アスパラガス



シャキ
シャキ

ホワイト
アスパラガス



あま〜い

ムラサキ
アスパラガス



やわらかい

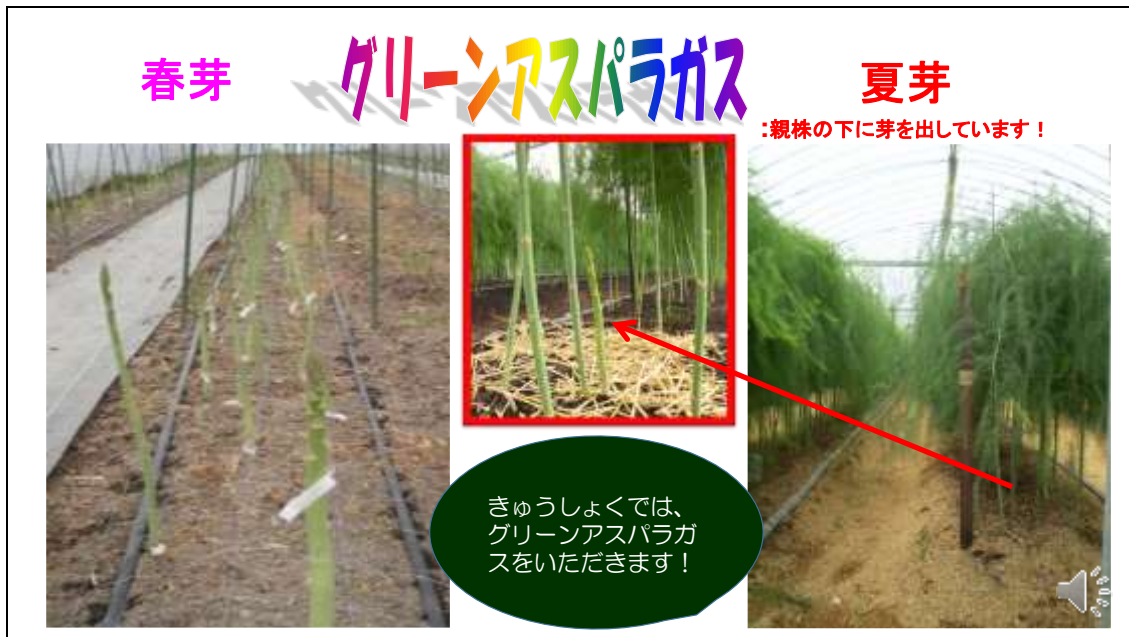
正解は、3種類です。

グリーンアスパラガスとホワイトアスパラガスとムラサキアスパラガスの3種類です。

それぞれシャキシャキした食感であったり、あまみが強かったり、柔らかい等の特徴があります。

料理に合わせて使い分けるといいですね。

給食では、グリーンアスパラガスをよく使います。



グリーンアスパラガスは、春先に旬を迎える春芽と夏場に旬を迎える夏芽があります。

ビニールハウスで育てられているのですが、
春先と夏のハウスの中の様子はこんなにちがいます！

今が旬の春芽のアスパラガスは、去年のアスパラガスの地下茎と言う、土の中にある茎を残しておく、その地下茎が冬の間、しっかり養分をため込み、春先に芽を出してきます。

夏のアスパラガスは、春芽のアスパラガスを収穫せずにそのまま親株として大きく育てることで、その親株から栄養をもらって育ちます！

1本の親株から約60本収穫できるそうです。

アスパラガス



アスパラガスの花



アスパラガスの実



こちらは、アスパラガスの花と実です。
見たことありますか？
どれもサイズはとても小さいんですよ。（かわいいですね。）

アスパラガス



アスパラガスにはどんな栄養があるのかな？

毛細血管を丈夫にし、血管の病気を予防してくれます。

疲れをとり、スタミナをつけてくれます。



アスパラガスの名前は「新芽」を意味するギリシャ語に由来しているといわれています。

新芽はぐんぐん伸びますよね。それは、伸びるための栄養がたっぷり含まれているからです。

アスパラガスは1日で5センチから10センチほど伸びるそうですよ。

アスパラガスのぐんぐん伸びる穂先には栄養がたっぷりあり、血管を丈夫にして、血管の病気を予防してくれます。

また、疲れをとって、スタミナをつけてくれます。

食べたら元気がでる野菜ですね。



こちらは、伊万里の生産者の方々です。

手に持っていらっしゃるハサミは、アスパラガス収穫専用の特殊なハサミです。

アスパラガスの長さが27cmと決まっているので、このハサミで長さを計りながら収穫されるそうです。

伊万里の生産者さんにインタビューしました！

Q1. アスパラガスを作っていて大変なことはどんなことですか？

A. アスパラガスは、ビニールハウスの中で作っていますので、夏になるととても暑くなります。暑い中での作業が大変ですね。

Q2. 収穫作業は、いつするのですか？

A. 朝と夕方と2回収穫します。朝から夕方までで5cmほど伸びるので、一日2回収穫します。

ということでした。1日に2回も収穫できるなんて、すごいですよね。

これから暑くなるとハウスの中はとても高温になり、作業をするのも大変になる中、大切に育てられたアスパラガスです。

感謝しながら味わっていただきましょう。