

しょうざい い ま り ひ
ふるさと食材伊万里の日

ズッキーニ



今日はふるさと食材伊万里の日です。

今日紹介するのは、伊万里市二里町で作られている「ズッキーニ」という野菜です。

今日の給食の「ミネストローネ」というスープです



ズッキーニは、今日の給食のこのスープ「ミネストローネ」に入っています。

ズッキーニは

やさい
どんな野菜？



これは、ビニールハウスの中でズッキーニを育てている様子です。
地面の上に大きな葉がいくつも広がっていて、上に向かって葉っぱは元気よく伸びています。
その真ん中あたりに、黄色い花をつけたズッキーニが実っています。わかりますか？
一つの株から１０本ほど育つそうです。
ズッキーニの先にはオレンジ色の花も咲いています。
見た目はきゅうりのようですが、実はかぼちゃの仲間です。



生産者の福田さんです。

ズッキーニを育てるときに一番大変なことについてお話を伺いました。

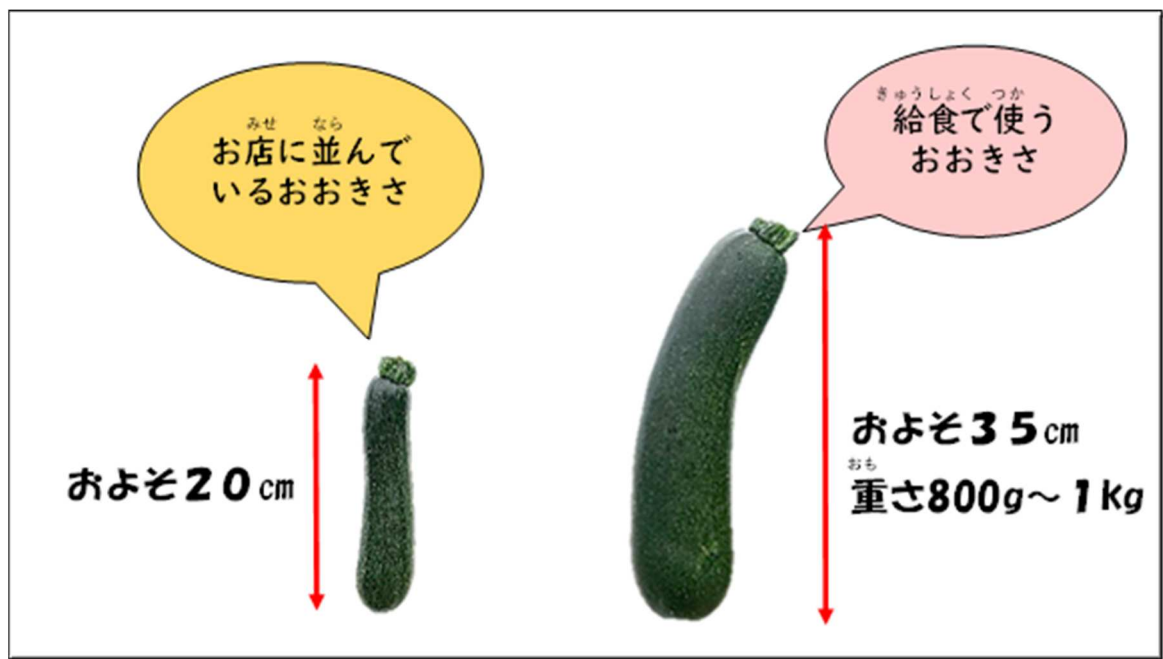
ズッキーニの花は、おすの花とめすの花があります。おすの花には実がならず、茎が細長いのが特徴です。

「受粉」と言って、おすの花の花粉がめすの花につくとズッキーニの実がなります。

ハウスの外で育てると、ハチなどの虫が受粉をしてくれるのですが、ハウスの中には虫が入らないため、一つずつ手作業で受粉をされています。

この作業が一番大変だそうです。

花は朝6時ごろから咲くので、それに合わせて、朝早くから作業をされています。



きさが違う二つのズッキーニですが、左は、お店によく並んでいる約20cmほどの大きさのズッキーニです。

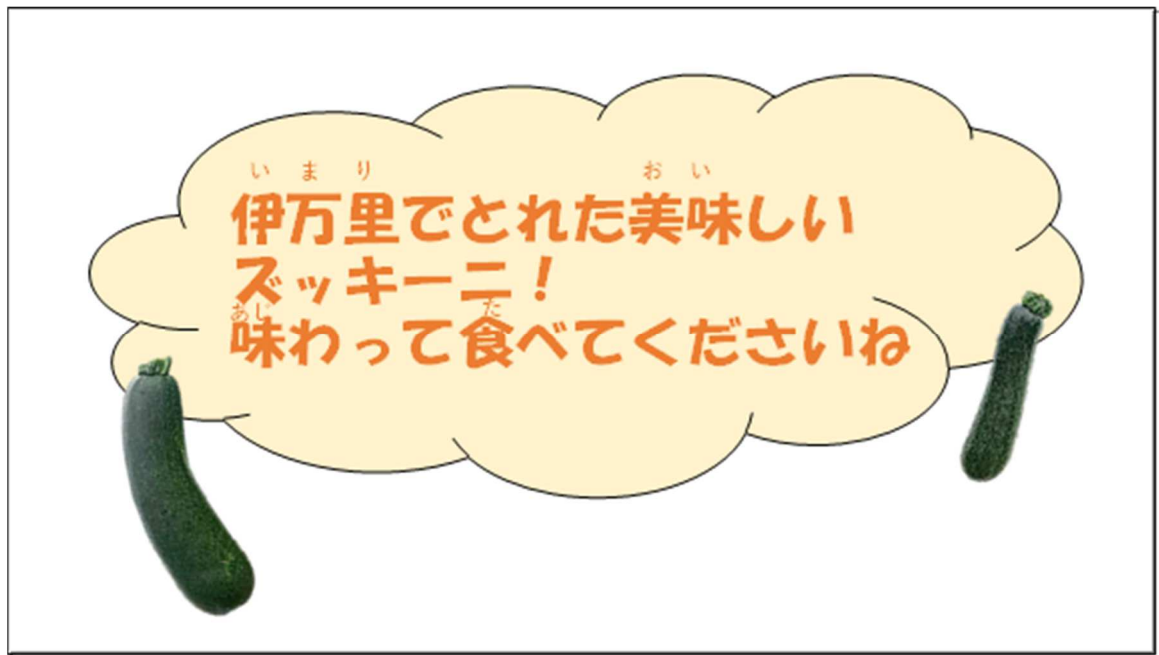
右は、給食用に大きく育てていただいたズッキーニで、大きさは約35cm、重さは1kgほどもあります。

福田さんのような育ててくださる方のおかげで、こんなに立派なズッキーニができました。

給食ではたくさんの量を使うため、お店に出すものより大きく育てていただいています。

今年はお天気の影響で成長が遅くなっているそうですが、

今日の給食では、全部で40kgのズッキーニを使って料理しています。



ズッキーニがどんな野菜なのか、作ってくださる方がどのように育てられているのか、わかりましたか？

ズッキーニはみずみずしく、あっさりとした味わいで、どんな料理にも合う野菜です。いためたり、あえ物にしてもおいしくいただけます。

また、夏の暑さで疲れた体を元気にしてくれるビタミンB群という栄養や、汗と一緒に流れ出てしまうカリウムやマグネシウムといったミネラルもたくさん含んでいます。

みずみずしいズッキーニは、ほてった体を冷ましてくれたり、疲れた体を元気にしてくれたり、暑い夏にぴったりの野菜です。

伊万里で作られている新鮮なズッキーニ。ぜひ、おうちでも食べてみてくださいね！