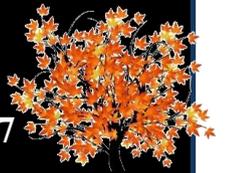


Newsletter

Vol.301 2019.9.17



温もりを感じる野菜たち

紅しぐれ大根（群馬）

優しい紫色の皮が綺麗な紅しぐれ大根。白い中に中心がほんのり薄紫です。おろすと大根おろし自体が品の良い薄紫色になります。表皮がアントシアニンによる濃紫色で酢とあわせると綺麗なピンク色に変化します。



安納芋（鹿児島）

甘い芋として、今やその地位は不動の安納芋。水分が多く粘質性で、焼くとまるでクリームのように ネットリとした食感になります。



宇宙芋・巨大むかご（茨城）

直径は 10 センチ以上、これはヤマノイモ科の自然薯の仲間、地中の芋よりもムカゴの方が巨大化する種類だそうです。英名では「Air Potato」とも言われています。「宇宙いも」というネーミングも、土の中ではなく空中でツルにぶら下がるようにして成るので命名されたそうです。調理をすると食感ほくほくとして、滑らかで、きめ細やかな口当たりが特徴です。生食はおすすめいたしません。長芋と同じように擂ってほかの食材と混ぜ合わせ、焼いたり揚げたりとフワフワな食感も楽しめ、その上、香りや味わいに癖はほとんどありません。



とうやポテト

（北海道）

煮崩れしにくいので、煮物や炒め物などに向いています。粉っぽさがあまりなく、どちらかというと滑らかな口当たりで、さっぱりとしただけのジャガイモです。

キタアカリ（茨城）

別名「黄金男爵」とも呼ばれている、ジャガイモの中での人気品種です。火が通ると黄色色に、そしてほくほくした中にもしっとり滑らかな食感が広がります。

