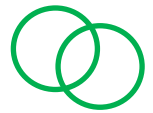


11月の地産地消食材は「大根」



ひる よる きおんさ おお 季節の変わり目ですので風邪をひかないように体調管理に気をつけてくださいね。

さて、今月の地産地消食材は「大根」です。みなさんが普段食べている白い部分が根で、実は大根はその白い根の部分よりも葉っぱの方が栄養価が高い野菜ということを知っていましたか？

今回は針貝で大根を作っている池田幸一郎さんにお話を聞いてきました。大根を作り始めて10年ほど経つそうです。

大根を上手に育てるには、土台となる土づくりが大切だそうです。何回も土を耕すことで、土の中できれいにまっすぐ伸びるのだとか。「頑張って作った野菜が売れるとやってよかったなって思います。」と笑顔でおっしゃっていたのが印象的でした。

池田さんに大根のおすすめの食べ方を聞いたところ、おでんやけんちん汁がおすすめとおっしゃっていました。寒くなるこれからの季節にぴったりですね。



池田幸一郎さん

最後に給食を食べるみなさんへ一言いただきました。「たくさん野菜を食べたり、野菜の栽培を体験してほしいです。育てる楽しみをぜひ味わってほしいです。」とのことでした。

旬のおいしい「大根」を葉っぱも捨てずに食べて、冬に向けて元気に過ごしましょう。