



11月の地産地消食材は「大根」



昼と夜の気温差が大きくなってきましたね。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？

今回は瀬川で大根を作っている大出勝利さんにお話を聞いてきました。農業を始める前はサラリーマンをしていたそうです。

大根が上手く育つには、気候条件がとても大切で、暑すぎず寒すぎない、皆さんが過ごしやすいくらいの気温がいいとのこと。

今年は条件がそろい、大根の育ちはとても良いそうです。「作物の出来が良いとやりがいを感じます。」と笑顔でおっしゃっていたのが印象的でした。

大出さんに大根のおすすめの食べ方を聞いたところ、けんちん汁や大根のきんぴらがおすすめとおっしゃっていました。きんぴらというと、ごぼうやにん



じん、れんこんを思い浮かべがちですが、大根も使えることは驚きですね。

最後に給食を食べるみなさんへ一言いただきました。「大地の恵みをたくさん受け取って元気に育ててください。」とのことでした。

旬の美味しい大根をたくさん食べて、冬に向けて元気に過ごしましょう。



大出 勝利 さん