



がつ ちさんちしょうしょくざい 4月の地産地消食材は『アスパラガス』



みなさんこんにちは！新しい学年になって、楽しい学校生活を送っていますか？気持ちを新たに、体に気を付けて充実した1年を過ごしてくださいね！
今年度はじめての地産地消食材はアスパラガスです。

アスパラガスは栄養が豊富で、アスパラギン酸やルチン、カロチンという栄養素は、体の疲れを取ったり、血管を強くしたり、健康を保つ働きがあるとされています。育ち盛りのみなさんにぴったりの食材です！

今回は、日光市針貝でアスパラガスを作っている吉原洋之さんにお話を聞いてきました。



よしはら ひろゆき
吉原 洋之さん

吉原さんは年間で約2tものアスパラガスを市場へ出荷しています。アスパラガスのほかにズッキーニも育てているそうです。収穫の時期、早い日は朝4時からハウスで作業することもあるそうです。アスパラガスの収穫や管理は機械での作業ができないとのことで、1本1本丁寧に刈り取っての収穫や、雑草取りがとても大変と話されていました。また近年では、夏の猛暑日が増え、気温も上がったことにより、暑すぎて作業ができなくなったり、作物が病気になりやすかったりするそうです。そんな中でも吉原さんは手間を惜しまず、化学肥料は使わずに育てているため健康にもよく、甘くておいしいアスパラガスを育てています。

私たちは、普段から何気なくアスパラガスを食べていますが、食卓に届けられるまでには、生産者の皆さんの、たくさんの努力が詰まっています。生産者の皆さんへの感謝を忘れずに、おいしいアスパラガスをたくさん食べて元気に過ごしていきたいですね。

吉原さんのおすすめの食べ方は、焼いて塩コショウで食べることです。また、細いアスパラガスは天ぷらにして食べるのも絶品だそうです。

最後に、給食でアスパラガスを食べるみなさんへ一言いただきました。「緑色の野菜は苦手な人も多いけど、甘くておいしいので是非食べてみてください！たくさん食べて学校生活を楽しんでください！」とのことでした。

おいしい給食をたくさん食べて、良い1年をスタートさせましょう！



ゆで・焼き・揚げの三刀流のアスパラガス