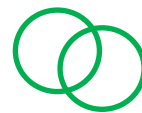


## がつ ちさんちしょうしょくざい 2月の地産地消食材は「にら」



みなさんこんにちは、<sup>ふゆ</sup>冬らしく<sup>さむ</sup>寒い日々が<sup>ひび</sup>続きますがみなさん<sup>たいちょう</sup>体調を<sup>くす</sup>崩して  
いませんか？

さて、<sup>こんげつ</sup>今月も<sup>ちさんちしょうしょくざい</sup>地産地消食材の<sup>しょうかい</sup>紹介をしていきます！！

<sup>こんげつ</sup>今月の<sup>ちさんちしょうしょくざい</sup>地産地消食材は「にら」です。実は<sup>しつ</sup>栃木県が「にら」の<sup>せいさんりょうぜんこく</sup>生産量全国2  
<sup>い</sup>位ということ<sup>し</sup>知っていますか？今回は<sup>こんかい</sup>豊田地区で「にら」の<sup>さいばい</sup>栽培を<sup>おこな</sup>行っている  
<sup>ながしまかんじ</sup>長島完治さんにお話を<sup>はな</sup>聞いてきました。

にらは、<sup>か</sup>刈り<sup>と</sup>取った<sup>あと</sup>後の<sup>かぶ</sup>株から<sup>ふたた</sup>再び  
<sup>あたら</sup>新しい<sup>は</sup>葉が<sup>の</sup>伸びてきて<sup>ねん</sup>1年の<sup>あいだ</sup>間に<sup>なんど</sup>何度  
も<sup>しゅうかく</sup>収穫が<sup>やさい</sup>できる<sup>ほうふ</sup>野菜です。またにら  
は<sup>なつ</sup>ビタミンAを<sup>ふく</sup>豊富に<sup>なつ</sup>含んでおり、夏  
<sup>か</sup>バテや<sup>せよぼう</sup>風邪<sup>こうか</sup>予防に<sup>なつ</sup>効果がある<sup>なつ</sup>そうです。  
<sup>ながしま</sup>長島さんは<sup>つく</sup>にらを<sup>ねんいじょう</sup>作って10年以上に  
なる<sup>なつ</sup>そうです。にらをつく<sup>たいへん</sup>ううえで<sup>たいへん</sup>大変  
な<sup>き</sup>ことを<sup>しぜん</sup>お聞きすると、「<sup>あいて</sup>自然が<sup>あいて</sup>相手な  
ので<sup>てんき</sup>天気や<sup>きおん</sup>気温を<sup>かんが</sup>考<sup>かんり</sup>え<sup>たい</sup>管理する<sup>たい</sup>のが大  
<sup>へん</sup>変」とのことでした。



<sup>ながしま</sup>長島さんにお<sup>た</sup>ススメの<sup>かた</sup>食べ方<sup>き</sup>をお聞き  
すると、「<sup>さむ</sup>寒い日<sup>ひ</sup>の<sup>よる</sup>夜などに<sup>なべりょうり</sup>鍋料理にたく  
さん<sup>い</sup>入れると<sup>えいよう</sup>おいしく<sup>と</sup>栄養も<sup>と</sup>取れます」  
とのことでした。最後に<sup>さいご</sup>給食<sup>きゅうしょく</sup>を食べる  
みなさんへ<sup>たい</sup>メッセージを<sup>たい</sup>いただきました！

<sup>たいへん</sup>「大変な<sup>しき</sup>時期が<sup>つつ</sup>続きますがにら<sup>たい</sup>をたくさ  
ん<sup>た</sup>食べて<sup>かんせんよぼう</sup>感染<sup>がんば</sup>予防を<sup>たい</sup>頑張り<sup>たい</sup>ましょう！」  
とのことでした。

<sup>じもと</sup>地元の<sup>しゅん</sup>旬な「にら」を<sup>た</sup>食べて<sup>さむ</sup>寒い<sup>ふゆ</sup>冬に<sup>ま</sup>負けずに<sup>げんき</sup>元気に<sup>す</sup>過ごしましょー！！