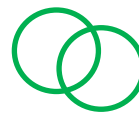


## 7月の地産地消食材は『ズッキーニ』



7月になり、急に暑くなったりと気温がコロコロ変わりますが、みなさん体調を崩していませんか。

さて、今月の地産地消食材は「ズッキーニ」です。

「ズッキーニ」の見た目はきゅうりに似ていますが、実はかぼちゃの仲間だということを知っていますか？みなさんがよく知っている「ズッキーニ」はきゅうりのような形と色ですが、他にも丸い形や黄色のものがああります。

今回は木和田島でズッキーニを作っている福田隆さんにお話を聞いてきました。



ズッキーニはとても成長が速く、朝に小さかったものが夕方には大きくなっていることもあるそうです。そのため、朝と夕方の2回収穫することもあるそうです。福田さんに育てる中で大変なことをお聞きすると、最近では天気の急な変化が多く、雨風や雹が降ったりするのでズッキーニを天候から守ることも大変とのことでした。

福田さんのおすすめの食べ方は、ズッキーニの上にチーズを乗せて焼いたり、スープなどに入れるのがおすすめです。

最後に、給食を食べるみなさんに向けて一言いただきました！

「ズッキーニは、いろいろな料理に合う食べやすい野菜です。野菜嫌いな人もおいしく食べられると思います。」とのことでした。

旬なズッキーニを食べて暑い夏を乗り切りましょう！

