

とっとり

ふるさと探検



毎月19日は食育の日
令和4年5月19日号

鳥取市の学校給食センターでは、毎月19日の食育の日に「とっとりふるさと探検」として、地元の食材を活用した献立を提供しています。5月は、流しびなの里として知られる用瀬町の「グリーンアスパラガス」を紹介します。



グリーンアスパラガス

アスパラガスの「旬」は、春と夏の2回！



特徴：やわらかくて甘い
おすすめの食べ方：肉巻き、ゆでてマヨネーズをつける



特徴：シャキシャキとした食感
おすすめの食べ方：天ぷら、バター炒め



アスパラガスから発見された栄養素の「アスパラギン酸」は、体の疲れをとる働きがあります。



TORI きゅうちゃん

約25センチになるように長さをはかり、ハサミで丁寧に切っています。この農園では、1日に約30～40キロ出荷しています。



なっちちゃん



<生産者さんの一日>

4時

4時 起床

前日に収穫したアスパラガスの長さを切りそろえて出荷する

6時～8時

1回目の収穫

～アスパラガスの出荷・畑の管理など～

夕方

2回目の収穫



生産者の前田さん夫妻

おいしいアスパラガスを育てるためには、水と肥料の管理が大切です。アスパラガスをはじめ、野菜づくりにはいろいろな苦労があります。好き嫌いをせずに、なんでも食べてくださいね。