

黒キャベツ（黒カーボロネロ）



産地：静岡

原産地は地中海沿岸。イタリアのトスカーナ地方で盛んに
つくられています。

葉キャベツの一種で、アブラナ科のケールと同じ仲間です。
見た目はホウレンソウに似ています。

葉は細長く縮れ、裏側に丸まっていて、表面の凹凸が強く
出ているのが特徴的です。

ビタミンやミネラルがたっぷり、ビタミンCはキャベツよりも多く
白血球の働きを強化し**免疫力を高めてくれます。**

煮崩れしにくく、キャベツと同じように煮込み料理や炒めもので
手軽に楽しめます。オリーブオイルとの相性が良いです。

人参いも

人参いもは、さつまいもの一種です。

切ってみると中身はにんじんのような鮮やかな**オレンジ色**で
甘みが強く、ねっとりとした食感が特徴的です。

にんじんよりも、β-カロテンが豊富に含まれています。

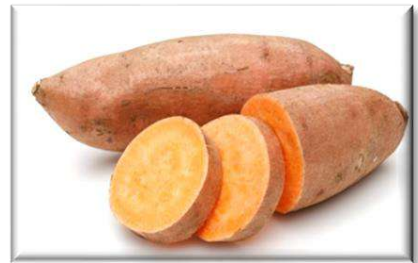
このような特徴を持つものを、人参いもと呼び、さまざまな
品種が存在しています。

現在では生産者が減っており、購入するのが難しい貴重なさつまいもです。

収穫は9月から10月ごろの秋の季節です。収穫後に数ヶ月程度貯蔵され
糖度を増やしてから出荷されます。

定番ともいえるスイートポテトは、人参芋でも作れるので試してみてください。

ポテトサラダのようにマッシュして作るサラダは、優しい甘さがマヨネーズのコクと良く合うので、洋食の付け合せなどに。



産地：鹿児島

開成弥一芋（やいちいも）



産地：神奈川

「弥一芋」は、明治36年に同町金井島出身の高井弥一郎氏が
常念寺（小田原市）の住職から種芋を譲り受け、
栽培したのが始まりです。

「開成弥一芋研究会」を発足させ、神奈川県農業技術センターが
系統保存していた種芋を譲り受けて作付し、生産者を増やすなど、
地域の特産にしようと活動をしています。

開成弥一芋と言う「名称」と「ロゴ」は平成24年度に商標登録されました。

しっとりまろやかな甘味と、ねっとりとした食感が特徴です。

青パイア

実と葉には豊富な栄養素と酵素が含まれており
実**は“野菜”**として様々な料理で美味しく活用できます。
一見硬そうに見える皮はカボチャほどでなく、包丁で簡単に切ることができます。

果肉からしたたる白い液体は「パパイン」などの酵素。
消化や栄養の吸収、エネルギーの代謝を助ける働きがあり
脂質を分解する酵素も豊富で「酵素の王様」と呼ばれるほどで、
健康ブームの中で注目されている食材です。

淡泊でくせのない味はサラダや炒め物などに適しています。



産地：神奈川

水晶文旦



産地：高知

水晶文旦は、ハウス栽培でないとできないデリケートな果実です。
あめ色に輝く透き通った果肉が、まるで水晶玉の様な所から、
水晶文旦と名付けられました。
露地物の土佐文旦のように収穫後の「追熟」が必要ありません。
10月末頃～11月中旬に収穫が終わります。
栽培面積は高知県でも少なく、生産量もごくわずか。

見ためにも美しく、**繊細で上品**、濃厚な甘さと果汁の多さが
特徴です。弾力があり、心地よい歯ごたえを楽しめます。

ラ・フランス

洋梨の中でも最も人気が高く、**果実の女王**とも呼ばれています。
洋梨として評価が高くなったのは1980～1990年代ごろからのため、
わりと新しいフルーツという印象があるかもしれませんが、日本へは
明治時代に渡ってきました。

洋梨は収穫後に追熟させて食べる果物です。
軸の周りがやわらかくなった頃が食べごろのサインです。
とろけるような舌触りと、果汁は糖分・ミネラル、特にカリウムを含み、
遊離アミノ酸を適宜に含む 天然のドリンクと言われています。



産地：長野

?なぜ商品?



さて、今回お届けした野菜・フルーツ以外で、もう一品
なぜ商品を同梱しております。その商品とは、.....



メジヨールデーツ



デーツ（なつめやしの実）は「自然のキャンディ」と言われるほど甘味のあるドライフルーツです。産地で樹になったまま乾燥され収穫されます。その歴史は古く起源は中東にあり、イスラム教の聖典コーランや旧約聖書にもデーツが登場します。そして現在にいたるまで中近東地域では、多くの人々に日常的に食べられてきました。

デーツには鉄分、カルシウム、カリウムなどのミネラルと食物繊維が豊富に含まれており、美容と健康をサポートしてくれます！

加糖を一切せず無添加でお届けするので、デーツが元来持つねっとりとした噛み応えのある触感、まろやかな味をお楽しみ頂けます。

そのまま食べてもよし、ヨーグルトやシリアルと一緒に食べるのもよし、そんなデーツをぜひご賞味ください！



株式会社つま正