

# 食育コラム

## 大崎の美味しいもの 「りんご」

りんごの花

日本のりんご栽培は、今から100年ほど前にアメリカから苗木が入ってきたのがはじまりで、寒い地方で作られている果物です。特に涼しく雨の少ない土地が栽培に向いています。



宮城県のりんごの多くは、木の上で完熟させた物を取り扱っているので、とても甘味があります。大崎市でも栽培されており、直売所や道の駅などで購入できます。品種としては、ふじが主流ですが、ジョナゴールドやつがる等多くの品種が生産されています。

りんごの皮がピカピカ光っているのは、りんごそのものが持つ自然の「ろう物質」のためで、水分が蒸発して乾燥しないようにろう物質を出して防いでいるのです。「おいしくなってきたよ!」と知らせるサインでもあります。



大崎市の食育推進テーマ「みんなで楽しく食事をしよう!」  
コラム作成：大崎市食育推進ネットワーク会議（学校栄養士会）