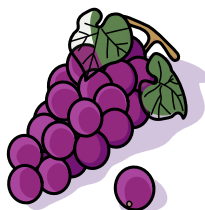


# 食育コラム

## 大崎の美味しいもの 「ぶどう」

ぶどうは、世界最古の果物と言われています。

大崎市でも、古川地域のぶどう農園をはじめ、自家用としては田尻ぶどう愛好会など市内広域で生産されています。品種は、時期ごとに異なり、藤稔やピオーネ、シャインマスカットなどがあるそうです。



大崎市内の地場産物売り場に行くと、旬のぶどうが手に入ります。房で売られることが多いのですが、最近では数種類が少しずつ入ったパッケージも売られているので、いろいろな味を楽しむことができます。

ぶどうは、房の枝側から下に向かって甘くなるので、味見をする時には、枝側を食べて判断するのがおすすめです。冷蔵庫で冷やすだけで十分おいしく食べられますが、ジャムやジュースに加工したり、冷凍したりしてもおいしくいただけます。

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）