

# 9月おすすめ食材

2013/09/02発行



有限会社 田嶋青果

TEL:03-5492-5880

FAX:03-5492-0222

<http://www.tajima-seika.com/>

## 野菜

Vegetables



### 茄子(なす)

インドが原産地の「なす」は古くから日本に伝えられた野菜のひとつで日本料理にも欠かせない野菜です。種類は大きく分けて2cm位の「小茄子」、10～15cmの「中型なす」、20～30cmにもなる「長なす」。その他、丸い「丸茄子」、水分の多い「水なす」など日本全国にいろいろな種類が栽培されています。

関東地方はこの時期、なすは特に色つやもよく肉質も締まり、どんな料理にしてもとても美味しくいただけます。栃木、群馬、茨城、などから入荷しています。



### ズッキーニ

見た目は胡瓜に似ていますが、実は「カボチャ」の仲間の「ズッキーニ」は「なす」と同じく癖もなく、どんな料理にも相性が良い野菜です。

「輪切り」「短冊切り」「薄くスライス」「細切り」など、カットの仕方で食感が変わるので、工夫次第でおもしろい食材でしょう。長野、秋田、福島などから入荷しています。



### トマト

夏野菜の代表ともいえる「トマト」、これからは東北地方を中心に多く入荷してきます。

ビタミンA・C、リコピン、ルチン、カリウムなど多くの栄養素を含み食欲の落ちるこの時期、少し冷やして塩を一振りかぶりついてみては如何でしょうか。

まだ日中の暑い時など、美味しく熱中症の予防にもなる「トマト」たくさん召し上がって下さい。福島、秋田、岩手、北海道などから入荷しています。

# 9月おすすめ食材

2013/09/02発行



有限会社 田嶋青果

TEL:03-5492-5880

FAX:03-5492-0222

<http://www.tajima-seika.com/>

## 果物

Fruit



### ネオマスカット

「マスカット・オブ・アレキサンドリア」と「甲州ぶどう」を交配させて出来たのが「ネオマスカット」です。マスカット特有の上品な香りと、さっぱりとした甘さで人気です。

今月が入荷のピークで価格的にもお手頃になりますので一度お試し下さい。

山梨、長野、福島などから入荷します。



### つがるりんご

「ゴールデンデリシャス」と「紅玉」を交配させて出来たのが「つがる」です。

果汁も多く甘みもある人気のりんごです。もうすでに8月下旬から入荷していますが、美味しくなるのは9月中旬以降です。「サンつがる」は袋かけしないで栽培したもので、色は少し薄めですが、甘みはつよいです。

長野、福島、山形、秋田などから入荷します。



### 豊水梨

「幸水」と「二十世紀」などの交配により出来たのが「豊水」です。

果汁がたっぷりとあり甘みも強く、少し酸味も感じるとても美味しい梨です。

果実も大きく食べ応えが有りますのでカットして分け合って食べては如何でしょうか。

茨城、栃木、福島、宮城などから入荷します。