

17.4/10

エトセトラ

本日の野菜&果物

| | | | | | |
|----------|----|------|--------|----|------|
| かぶ | 鎌倉 | 大平さん | ほうれん草 | 奈良 | 東出さん |
| 春キャベツ | 三浦 | 長嶋さん | プチエリンギ | 長野 | 井筒さん |
| ニラ | 高知 | 弥生さん | 雪下人参 | 新潟 | 島田さん |
| ブラッドオレンジ | 愛媛 | 細川さん | | | |

本日の野菜・果物は栽培中農薬・化学肥料は使用していません

いや～、今年の春も気温変化が激しく、不安定な日々が続きますね。そろそろ春本番…と感じられるようになるのでしょうか??みなさ～ん、体調管理には充分ご注意くださいね～♪

品実はブラッドオレンジのお届けです。名前だけ聞くと何だか少し恐ろしい気もしますが…果皮や果肉の赤みからブラッドオレンジと名がついたのでは、と推察しますが、体感性が弱く、一日の温度差がある方が赤みが生じやすいため、地中海の気候が合いイタリアを中心に栽培されている南欧の赤いオレンジ(こちらの名のほうがいいか…な?)です。

日本ではまだまだ馴染みの薄い柑橘ですが、ブラッドオレンジ最大の特徴は赤いその色です。赤みの元はアントシアニンです。赤ワインやベリー類にも共通するポリフェノールの一種で、色素としてだけでなく、果実にイチゴやブルーベリーのような香りと深みも加え、抗酸化作用や視力回復など、その機能性にも注目を集めています。

栽培で注意しなければいけないので冬の寒さや強風です。耐寒性が弱く、冷たい季節風に吹かれて落果するのが課題です。他のオレンジ同様に外皮が固くむきにくいので、ナイフでカットして召し上がり下さい。また、ブラッドオレンジは果汁が多く、ジュースにするとその特性が生かれます。他の柑橘類のジュースに少し加えると風味と色が加わり一味違うジュースをお楽しみいただけます。少しもったいないというか・贅沢かもしれませんが…ヒョットして実を食べるよりジュースにする方がいいかも…是非一度レッツトライで新しい風味のジュース発見!

先週お届け致しました島バナナはいかがでしたでしょうか?バナナといえば綺麗な黄色い皮だが、汚い皮で驚いた…思ったより小粒…などなどエトセトラ…味はいかがでしたか?ご満足いただけましたか…実は恥ずかしながら私はこの仕事に就くまでは国産バナナがある、という事実を知りませんでした。オブコースたべた事などはありませんでした。25年位前ですとそんなものですかねと無理やり納得。食べたらびっくり仰天・有頂天・マイルイジアナママ♪な・なんと甘いだけではなく、酸味が有るじゃーありませんか!未体験の味に魅せられそれ以来島バナナを求め幾千日。今後も島バナナを継続できるかどうか…頑張るぞ～エイ・エイ・オ～♪

4/17 お届け予定

4/24 お届け予定

春キャベツ・小松菜・大根・トマト・玉葱
カールレタス・島バナナ又は柑橘類

長葱・かぶ・人参

オガシラ