

19.2/19

畑丸ごとセット

本日の野菜&果物

ブロッコリー	三浦	長嶋さん	舞茸	新潟	中山さん
ほうれん草	三浦	長嶋さん	人参	愛知	光輪さん
リーフレタス	三浦	長嶋さん	じゃが芋(ニシユタカ)	長崎	田口さん
リンゴ(赤・フジ/黄・青林)	長野	小坂さん			



りんごは殺菌・殺虫各2回、他は栽培中農薬・化学肥料は使用していません

いや～先週は突然の雪でびっくりしましたね～！相変わらずお天気的神様は気まぐれで人様は振り回されていますが、みなさ～ん、お変わりありませんか～？！

さて、本日は毎度おなじみ、長野・小坂さんのりんご、フジと青林のお届けです。この時季のりんごは収穫を終え、貯蔵・熟成したりんごのお届けとなります。毎年この時季になりますとリンゴの品種も少なくなり、フジが主流となりますが、今季の小坂さんはこの時季にしては品種が豊富のようです。その中でも本日はおなじみ「フジ」と今季初めての「青林」のお届けとなります。

♪紅いりんごに～♪という歌でも(えっ、この歌を知らない…オーマイゴット、アンビリーバブルなジェネレーションギャップ…!)歌っているように紅いリンゴが人気があるようです。ところがエブリバディー、きょうび紅いリンゴ以外のりんごにとってもおいしいリンゴがたくさんあるので～す！本日お届けの青林もその中の一種ですよ～♪

一部の間では「幻のりんご」などとも称され、その糖度の高さが人気のりんごで入手困難…？などともいわれています。岩手でレッドゴールドの自由交雑実生から選別、育成されたリンゴと言われていますが、遺伝子分析の結果、花粉親がふじであろうとも考えられてもいます。比較的新しい品種で1990年(平成2年)に品種登録されました。

果皮は黄緑色で、一部分がほんのりと赤く色付き、蜜がやや入ります。特有の芳香と濃厚な甘みがあり、しゃきしゃきと歯ごたえ感があり、上品な風味が口の中いっぱい広がります。そのまま召し上がり、そのままの味を楽しみと共に、煮て食べるのもいいかもしれませんね。糖度があるのが特徴のりんごですので煮る場合は砂糖は控えめ、個人的にはリンゴですので砂糖は梨(無し)…なんちゃって…わかるかな～この鋭い親父ギャグ…自分で言うな怒・怒・怒！

「1日1個のりんごは医者いらず」ということわざがあり、りんごには水溶性食物繊維と不溶性食物繊維の両方がバランスよく含まれ、便秘改善や腸内環境改善にもグットで～す♪

2/26 お届け予定

キャベツ・大根・小松菜・菊芋又は里芋
生きくらげ・柑橘類

3/5 お届け予定

ブロッコリー・ほうれん草・ブナシメジ
玉ねぎ・長ネギ・リーフレタス・りんご

