

キラリンピカの食育掲示物

あじ じゃがいもを味わおう！



じゃがいもは、主成分がデンプンで、主食として食べられている国もあり、世界中で栽培されています。ビタミン類も豊富なことからフランスでは、「大地のりんご」と呼ばれています。じゃがいもは、17世紀はじめにインドネシアのジャカルタから日本にやってきました。「ジャカルタから来たいも＝じゃがたらいも」がなまって「じゃがいも」になったと言われています。

じゃがいもってどんな野菜？

じゃがいもにはどんな種類があるの？

じゃがいもにはいろいろな種類があります。日本で代表的な品種は男爵やメークイン、キタアカリです。ちなみに、春頃からスーパーなどに出回り始める「新じゃが」は、品種名ではなく、掘りたてのまま出荷されるじゃがいものことです。

男爵



日本で最も多く作られています。ホクホクしていて、粉ふきいもやコロッケなどに向いています。

メークイン



煮崩れしにくいので、肉じゃが、シチュー、カレーライスなどの煮込み料理に向いています。

キタアカリ



中は濃い黄色をしていて、甘みが強く香りもよいです。火の通りが早いので、ふかしいもや電子レンジでの調理に向いています。

じゃがいものどの部分を食べているの？



私たちが普段食べているじゃがいもは、茎の部分を食べています。土の中にあるので、根っこのように思われますが、根っこは別にあります。

じゃがいもの花



白、むらさきなど色とりどりの花を咲かせます。あまりにきれいなので、フランスの女王マリーアントワネットが、胸かざりにしたという話も残っています。



4月頃の市内のじゃがいも畑の様子

給食では、6月下旬から地場産のじゃがいもが登場しています。

給食でも煮物やサラダなどでたくさん登場しているじゃがいも。6月下旬から地場産のじゃがいもが給食に出はじめました。とれたての旬のじゃがいもを味わいましょう。