

1月

ふるさとくまさんデー



今日の献立

- ・ごぼうの
 キーマカレー
- ・ヤーコンのサラダ
- ・牛乳

菊池地区

菊池市、合志市、大津町、菊陽町からなる菊池地区は熊本県の北東部に位置しています。

北部に阿蘇外輪山が連なり、菊池川、白川に潤される平野が広がっています。

豊かな自然に恵まれ、さまざまな農作物が作られています。



水田ごぼう

水田ごぼうは、米を収穫した後の土壌で栽培されます。砂まじりの土壌は水はけが良く、ごぼうの栽培に適しています。11月下旬から3月中旬は冬ごぼう、3月下旬から5月下旬は春ごぼうが収穫されます。熊本県の名水百選に選ばれた菊池の清らかな水で育ち、水分をたくさん含んでいるため、他のごぼうよりも柔らかい食感が楽しめます。また、色が白く、豊かな香りがあり、アクが少なくて食べやすいのが特徴です。



ヤーコン

ヤーコンは見た目はさつまいもに似ていますが、味や歯ざわりは爽やかな甘さとシャリシャリした歯ごたえがあり、梨に似ています。霜が降りる季節になるとさらに栄養分を蓄えるので、甘みも増してきます。フラクトオリゴ糖や食物繊維が含まれているため、お腹の調子を良くしてくれます。

