



なつ かん しゅん あじ
夏を感じる旬の味

太陽の光をたっぷりあびて育った夏の「きゅうり」は、みずみずしさと歯切れのよさが特徴です。「きゅうり」はほとんどが水分なので、水分が不足しがちな夏場には貴重な食材です。また、夏は汗をかいてカリウムを失いがちですので、カリウムを含む「きゅうり」は夏バテ防止にもなります。

6・7月に給食用の「きゅうり」を届けていただく生産者の井上さんにお話をうかがってきました。

ハウスの中はとてとても暑いです。朝一番から収穫します。朝一番に見ると「きゅうり」の健康状態がよくわかります。

井上さんのきゅうりはとても新鮮です！！



- ◎ 表面の色にむらがなく、深く濃い緑色。
- ◎ 均一な太さで、まっすぐ。一部分だけふくれたりしているものは、そこにス(空洞の部分)が入っていることがあるそうです。
- ◎ 張りがあり、触るとかたい。



生産者：勝山の井上佳久さん



きゅうりを育てるのに欠かせないことのひとつは摘葉です。摘葉とは、きゅうりに光を届け、風通しもよくするために古くなった葉などを摘み取ることです。井上さんは1株当たり、一日2枚摘み取ります。640株あるので、とても大変な作業ですが、手間をおしまないことがおいしいきゅうりを育てる大切なポイントだそうです。

満月・新月で、きゅうりの生長は変化していくそうです。井上さんは、きゅうりをよく観察しながら、どうしたら虫にやられず、豊かな実りを得られるか、日々研究と工夫をしています。また、葉面散布といって、納豆菌を主とした栄養を葉にふきつけます。そうすることで、細胞膜を守り、病気を防ぐことができるそうです。さらに、防虫ネットをはり、外からの害虫を防ぐ工夫もしています。

きゅうりには雌花と雄花があります。雌花の子房が大きくなってきゅうりの実になります。



おばな 雄花

ここが大きくなってきゅうりになります。

めばな 雌花