



ふゆ かん しゅん あじ
冬を感じる旬の味

さむ 寒くなると「だいこん」がおいしくなりま
 す。「だいこん」は煮物や、炒め物、生では
 サラダや漬物、すりおろして薬味や和え物、
 鍋物などいろいろな料理に大活躍です。

12・1月に給食用の「だいこん」を届けてい
 ただく生産者の砂田さんにお話をうかがっ
 てきました。



みんな、だいこん食べている？

おいちゃんは、毎日食べているんだけど、特
 にちょっと疲れてかぜをひきそうだなって思った
 時には「だいこんおろし」にしたり、「だいこんサ
 ラダ」にしたりして食べます。するとシャキッと
 なってかぜはどこかに行ってしまうよ。

おかげで毎日、元気、元気！

生産者：勝山の砂田 秀規 さん

500平方メートルの畑（野球の内野750平方メートルよりちょっと狭い）に
 2000本のだいこんを植えています。

だいこんは長～くなりたいて思っていてね、
 だから、だいこんを作る畑はだいこんがのびの
 びと深～く下に育つように、畑を深～く耕し
 ているんだよ。そして土がふかふかになるよう
 に細かく細かくしっかりと耕します。みんなも
 寝る時にふかふかの布団の方がうれしいし、ぐ
 っすり眠れるでしょう？だいこんも同じ。
 一生懸命がんばって耕します。

今、みんなが食べているだいこんは、9月
 下旬ごろにごま粒みたいなたねをま
 いて、2～3ヶ月かけてゆっくりゆっく
 りでっかくなりました。

だいこんの種



この時期のだいこんは作りやすいんだ
 よ。しっかりと畑の土を元気にしてやると、
 だいこんは病気しらずで、おいしくなりま
 す。

みんな！たくさん出来るから、おいしい
 だいこんをたくさん食べて、かぜにまけない
 ように元気な体をつくろう！

クイズの答え ③ ①れんこん ②ごぼう

クイズ

だいこんの花は、どれ？

