

CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 27/Aug/2018/vol.506



サラダカボチャ（滋賀県産） Mini salad squash

かぼちゃの収穫のピークは夏、これから様々な南瓜が出回ってまいります。最近では種類や色や大きさも豊富で、小さくかわいらしい大きさのものは、器にしたり飾り切りにしたりとその用途も実に豊富です。その上、昨今は生で気軽に食せるタイプのサラダカボチャも出回っており、ポリポリとした食感とオレンジ色、あるいは黄色といったビタミンカラーも加わって夏のサラダをより華やかにしているようです。滋賀県、JA 東能登川サラダカボチャ生産部会より坊ちゃん南瓜をもっと小さくミニチュアにしたような可愛いサラダカボチャが販売されています。カットすると綺麗なオレンジ色で歯切れがよく、同時に甘みを感じる美味しいサラダカボチャです。皮が薄いので簡単に加工でき生のままでも、あるいはさっと湯通しをしてピクルスにすると食味も爽やかでオレンジ色も濃くなり、サラダとしても付け合わせとしてもお料理が一層鮮やかになります。カボチャはカロテンやビタミン、カリウムを豊富に含み、暑い夏から人の健康も美容もサポートする優秀な栄養野菜なのです。