



## 興味深い季節野菜

## Mochimaru Shokuhin

株式会社持丸食品  
東京都大田区仲池上 2-27-3  
TEL : 03-3755-3101  
FAX : 03-3755-3105



### ひしの実 (福岡)

日本全国の沼や池に比較的多く自生しているヒシ科の水生植物の実です。茹でると果肉は栗に似たホックリとした食感で、うっすらとした甘味があります。熟成した菱の実は、蒸し物や煮物、炒めものに、また細かく刻んで菱ご飯としてもご利用いただけます。医食同源の食材です。



### サルシフィー(ベルギー)

欧州の冬野菜として定番の食材です。調理によっては牡蠣に似た風味が味わえることからオイスタープラントとも呼ばれています。西洋牛蒡という名前では知られているようです。



### 京芋(宮崎)

日本一大きな里芋として、「たけのこ芋」「京芋」「台湾芋」などと呼ばれています。食味に癖は無く、里芋類の中では珍しくほっこりとしていて粉質ででんぷん質が多い事が特色、煮る、揚げる、蒸す、焼くなど様々な調理法に向いています。その為お料理のジャンルを問いません。

### 霜多農園 ミニ蕪 (茨城)

優しい甘さと香りの蕪です。この蕪はピンポン玉より一回り小さなサイズです。茨城の野菜のスペシャリスト、霜多氏が作った逸品です。研究されつくした土から生まれた美しい蕪は、味も絶品です。



### ヤーコン (群馬)

アンデス原産、キク科の植物。ヤーコンは機能性野菜としても有名です。ポリフェノールを多く含み、そのまま口に運ぶとまるで梨を食べているような食感と優しい甘み、サラダや煮物、フライやデザートにも使えるオールラウンダーです。

