

とっとりふるさと探検 たんけん



令和3年12月17日

鳥取市の学校給食センターでは、毎月19日の食育の日に「とっとりふるさと探検」として地元の食材を活用した献立を提供しています。今月の食材は、河原町で栽培されている「きくらげ」を紹介합니다。



鳥取市河原町のきくらげは一年中作られています。工場内は、気温が20℃から25℃、湿度が80%に保たれています。一日の収穫量は60kgから80kgで、旬の時期は梅雨から秋にかけてです。夏は数が多く、色が薄いものが採れ、冬は数は少ないですが、肉厚のきくらげが採れます。



【きくらげを菌床で育てる】



【収穫したきくらげを洗う】



【石づきを取り除いて出荷する】



なっしちゃん



きくらげの効果・栄養

きくらげは、日光に当たるとビタミンDが増えます。カルシウムと一緒に食べることで骨を強くする効果があります。



TORI きゅうちゃん

「きくらげ」は「木耳」と書きます。

「きくらげ」を栽培するために使う菌床は、3か月収穫すると廃棄され、ストーブを燃やすための燃料に加工し、再利用されます。

「きくらげ」と聞くと海のものと思われがちですが、菌で作られている、きのこの仲間です。お店や直売所で見かけたら、ぜひ家庭でも食べてみてほしいです。



【生産者の河村さん】