

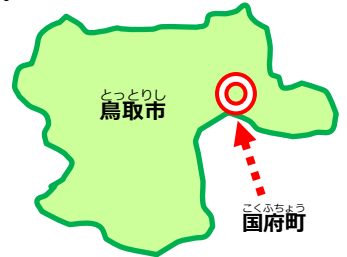
# とっとりふるさと探検 たんけん



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。6月は、万葉の里・国府町から「にんにく」を紹介します。

こんげつ しょくいくげっかん  
**今月は食育月間です**

## にんにく



「にんにく」は、10月に植え付けを行い、翌年の6月に収穫します。植え付けや収穫はすべて手作業で行われ、天候や病気に気を配りながら育てられています。収穫後は、乾燥させたり、皮をむいて冷凍したりすることで、長い期間保存することができます。



### しゅうかく ようす 収穫の様子

「にんにく」を引き抜いた後、茎と根をはさみで切って乾燥させ、皮を一つずついねいにむいて仕上げます。

### にんにくのパー



- 疲れた体を元気にする!
- 血液をサラサラにする!
- 病気に負けない体を作る!
- 食欲アップ!



TORIきゅうちゃん

学校給食では、肉や魚にかけるソースや、炒め物、カレーのかくし味などに使います。



なっしちゃん



せいさんしゃ やすぎ ふさい  
生産者の安木さん夫妻

おいしい「にんにく」を作るためには、「土づくり」がとても大切です。そのため、毎年より良い土づくりを研究しながら栽培しています。

「にんにく」は、体に良い成分がたくさん含まれていますので、積極的に食べてほしいです。