

とっとり

# ふるさと探検

毎月19日は  
食育の日  
令和4年12月19日号

今月の「とっとりふるさと探検」は、貝殻節で有名な気高町で栽培された、「白ねぎ」を紹介し



## しろ 白ねぎ



白ねぎの栄養は？

アリシン

- 血行をよくする
- からだを温める

白ねぎは成長に合わせて、根元に日光が当たらないように土をかぶせ（土寄せ）ながら育てることで、白い部分が多くなるよ。



## さぎょう ようす 作業の様子



収穫

手作業でやさしく土から抜いていく。



皮むき

かぜを当てて傷をつけないよう土のついた皮をむく。



箱詰め

出荷規格の58センチにそろえ、箱にいれる。（1箱3キロ）



JA 指導員 田中さんと生産者の門脇さん

気高町は、湿気が多いので白ねぎ作りに向いていて、12月から3月まで作っています。

1年間で3トン（1000箱）地元や四国、京阪神に出荷しています。

おすすめの食べ方は、天ぷら、みそ和え、鍋料理などです。みなさんに白ねぎをたくさん食べてもらっておいしさを感じてほしいです。