

<今日のテーマ>

旬の食材

そらまめを

味わおう！



そらまめは今が旬！

4月～6月ごろの
春から初夏にかけて
収穫されます。
香りがよく、
やわらかな
歯ごたえが特徴です。

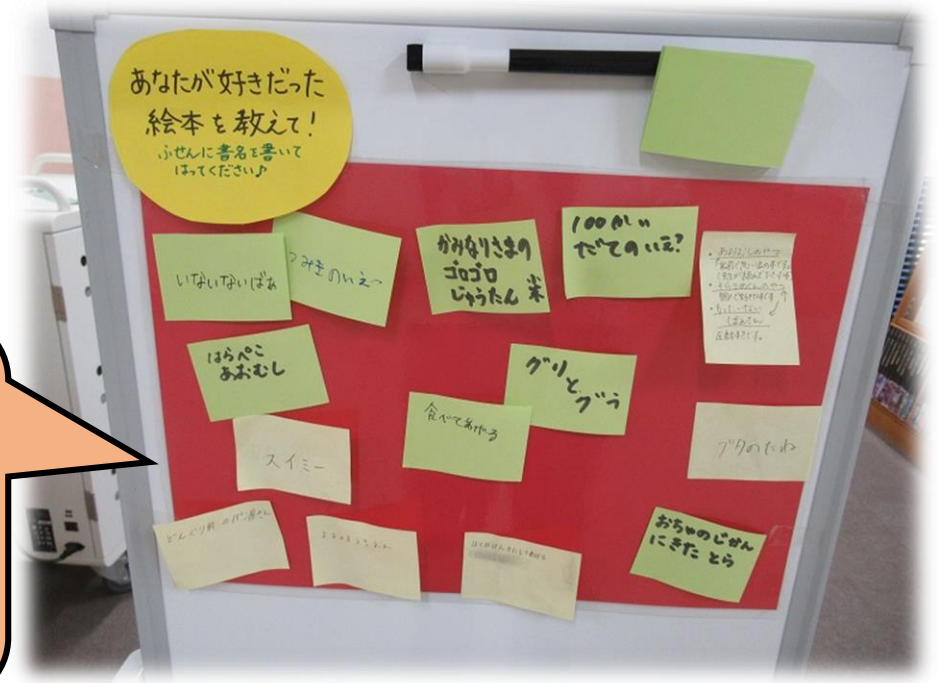




引用：「そらまめくんのベッド」なかや みわ 作・絵
福音館書店

昨年のブックメニューのとき、
「あなたが好きだった絵本」にも
登場していました！

そらまめといえは、
絵本を思い出す人も
いるのでは？

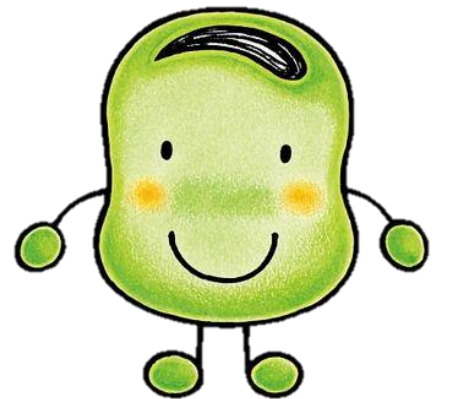


クイズ 「そらまめの名前の由来」

そらまめは、漢字で「空豆（蚕豆）」と書きます。

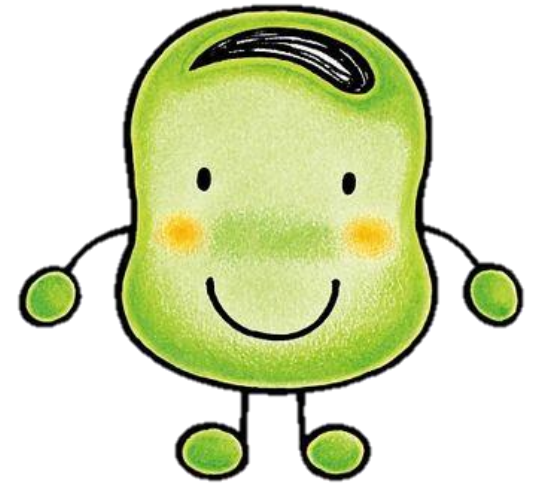
その名前の由来は次のうちどれ？

- ① さやが空の雲のようにふかふかだから。
- ② さやが上（空）向きになるから。
- ③ 豆が空の色に似ているから。



答え ②

さやが上（空）向きに
なるから。



育つ様子を見てみましょう！



大きくてふくよかな
実をつけます。
さやが上（空）に
向かって育つことから、
「空豆」と名付けられ
ました。

収穫の様子を見てみましょう！



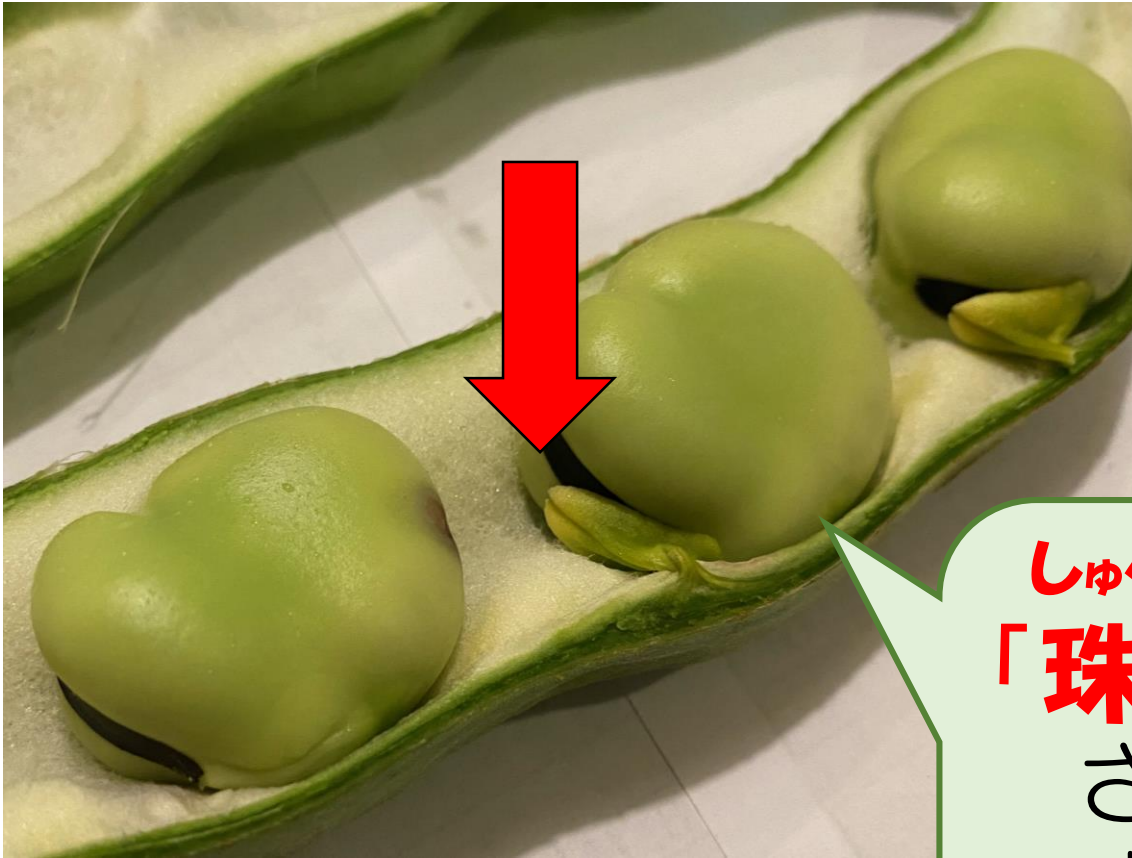
空に向いていたさやが、
中のまめの重みで
徐々にたれ下がって
きたら収穫です。

さやの中を見てみましょう！



白い綿毛がまめを
やさしく包んで、
寒さや乾燥から
守っています

小学校でそらまめの
さやむき体験をした人も
いるはず！



白い綿毛には、
葉や根から送られて
きた栄養が
たくわえられています。

しゅへい

「珠柄」= そらまめのへそのお

さやとまめをつなぐ部分！
成長に必要な栄養をさやから
もらっています。

そらまめは**鮮度が命**！

収穫してから**3日**たつと
味が落ちてしまうと言われる
ほど鮮度が大切な野菜です。
豆が空気にふれると
さらに鮮度が落ちやすく
なります。



買うときは
さやつきを選ぶと
よいですよ！

今日の給食では、
そらまめとじゃがいもなどの具材に
チーズをのせて焼きました。

旬のおいしさを
召し上がれ！

