

天候不良等により出荷量や時期が
お知らせと異なる場合があります。
注文される前に必ず納品業者
にご確認ください。

令和
4年度

学校給食用「県産食材」

1
2023

「県産食材」は翌月～2カ月先に収穫期・旬を迎える県産食材についてご紹介します。
★ 毎月の献立立案にお役立てください★

今号は「パッションフルーツ」と「アーサ」をピックアップ!

県産食材情報① パッション フルーツ

- ・「受難」や「時計」、名前の由来は花の形
- ・旬は2～7月、県産出荷量は全国第2位
- ・甘酸っぱい香りや食感を楽しもう



「パッションフルーツ」の名前は17世紀初め頃、南米の原産地を訪れたスペイン人宣教師がその花を「パッションフラワー」と呼んだことに始まるそうです。

「パッション (passion)」という英語には「情熱」の意味もありますが、キリスト教ではイエス・キリストの「受難」を指し、花の形が十字架にかけられた姿に似ていることから「受難の花」(passion flower) と呼ばれるようになりました。

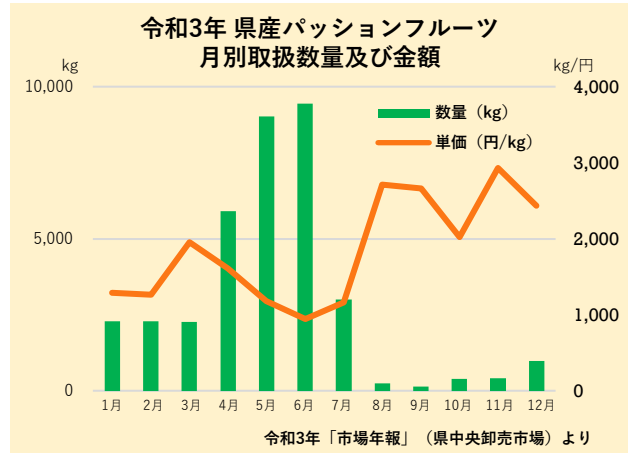
和名は「トケイソウ」(またはクダモノトケイソウ)。雌しべと雄しべが時計の針のように重なっていることに由来するそうです。

世界的には皮が黄色い「黄色種」が多く流通していますが、日本や南アフリカ、ニュージーランド等では「紫色種」が主流。私たちが「パッションフルーツ」と聞いて思い浮かべるのも紫色種ですね。

日本には明治時代に試験導入されました。営利目的の栽培は戦後の鹿児島で始まり、1960年代に鹿児島・指宿市にジュース工場ができた頃から本格化したそうです。

主な産地は奄美諸島以南の亜熱帯地方。全国で流通するパッションフルーツの約6割を鹿児島産が占め、沖縄産は約3割と第2位です。トロピカルなイメージから夏のフルーツと思われがちですが、旬は2月から7月。県内では糸満市、恩納村で多く栽培されています。

実をカットした瞬間、甘酸っぱい香りが広がります。ゼリー状の果肉と果汁をスプーンですくって、のど越しを味わいましょう。種はそのまま飲み込んでも、パリパリ噛んでもOK。果汁に砂糖・水を加えてジュースにするのもおすすめ。香りが楽しめるゼリーやかき氷シロップのほか、カレーやケチャップなどにも応用できます。



●TOPIC
北中城村では、特産パッションフルーツを使ったオリジナル商品が直売所などで販売されています。ぜひお試しあれ♪

◀パッションフルーツ入り トマトケチャップ
▼パッションフルーツカレー

●Click the picture
おすすめ From おき レシ

伊江鴨のロースト やんばんフルーツソース



パッションフルーツのアガラサー



パッションヨーグルトゼリー

老化防止や免疫力アップにつながるβ-カロテンが豊富。高血圧予防に効果的なカリウムや、健康な皮膚や髪をつくるビタミンB、葉酸も多く含まれています。

花は、薬草としても利用されてきました。神経をリラックスさせる成分が含まれており、古く南米では鎮静剤に使われていたそう。スペイン人探検家らが持ち帰ったことで、中世ヨーロッパにおいて広く普及し、民間療法にも取り入れられました。今でもハーブティーとして、不眠やストレス対策に飲まれています。

花から果実まで、見て、飲んで、食べてうれしいパッションフルーツ。旬の県産パッションフルーツをもっと活用したいものです。

成分表100g中

カリウム	280mg
マグネシウム	15mg
ビタミンB2	0.09mg
ビタミンB6	0.18mg
ビタミンC	16mg
カロテン	1100μg
葉酸	86μg

日本食品用準成分表 2020年版(8訂)より

商品に関するお問い合わせは 098-989-3011