



【品名】
大根（だいこん）

【科】
アブラナ科

【概要】
根が白くて大きな大根は、英語でも「DAIKON」として通用するほど日本の代表的な野菜です。古代エジプトではピラミッドを作る人たちが大根を食べていたといわれています。春の七草のひとつの「すずしろ」として古くから親しまれています。船穂地区柳井原の大根は、主に大阪の市場で煮物に合う大根として取引されています。

【収穫時期】
11月～4月

【市内の主な産地】
船穂地区、連島地区ほか

【ルーツ】
地中海沿岸～中央アジアが原産で、日本には弥生時代に伝来したといわれています。

倉敷市農林水産課 **検索**



【選び方】
葉がみずみずしく元気なものがよく、ツヤと張りがあり、太く、ヒゲ根の少ないものを選びましょう。

簡単レシピ

◎ 大根のとも炒め

(材料 4人分)

大根 … 300g
たくあん … 50g
鶏ひき肉 … 50g

ごま油 … 小さじ1
しょうゆ … 小さじ1

(作り方)

- ① 大根は5cm長さの細めの棒状に切り、たくあんは、せん切りにする。
- ② フライパンにごま油を熱し、ひき肉を入れてぼろぼろになるまで炒める。
- ③ 大根を加えてさっと炒めて火を通す。
- ④ たくあん、しょうゆを加えてさらに炒めたら完成（たくあんの味によってしょうゆの量を加減する）。



大根は淡白な味のため、
脂の多い食材との相性が抜群です。

☆旬の食べ物やイベント情報をメルマガで配信しています♪登録はこちらから

