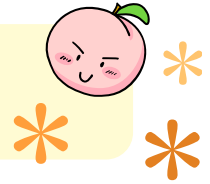


はなし ふきのお話（小）



みなさん、こんにちは。「これっくらいの♪ おべんとうばこに♪
おにぎり おにぎり ちょいとつめて♪」のお弁当はこの歌の最後
に「すじのとあったふーき♪」と出てくる「ふき」という野菜を知っ
ていますか。

ふきは、数少ない日本生まれの野菜のひとつです。日本中どこで
も自然に生えています。冬の寒さが残る3月頃に、土の中から頭を
出すふきの黄色いつぼみを「ふきのとう」と呼びます。その葉っぱ
の部分を「ふき」として食べています。

愛知県ではふき作りが盛んで、今では全国で作るうちの3分の2
が愛知県で作られ、そのほとんどが「愛知早生ふき」という種類の
ふきです。ふきが多くとれるのは3月から5月の春の季節です。

今日は調理員さんが丁寧にふきの筋をとったり、あく抜きをし
り、時間をかけて調理をしました。春を感じるふきが入った「ふき
ごはん」を味わって食べてください。