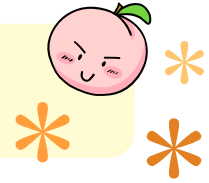


食べ物クイズ（中）



みなさんこんにちは。

今日は、食べ物のクイズです。

ヒント1 「メークイン」「だんしゃく」「ひかる」「きたあかり」
「インカのめざめ」これらの種類があります。

ヒント2 薄く切って油で揚げると、「〇〇〇チップス」になります。

もうわかりましたね。答えは「じゃがいも」です。じゃがいもが日本に伝わったのは、今からおよそ400年前です。現在のインドネシアのジャカルタから長崎県に伝わりました。

最初は「じゃがたらいも」という名前でしたが、やがて「じゃがいも」と呼ばれるようになりました。江戸時代に伝わったじゃがいもですが、よく食べられるようになったのは、明治時代に入ってからです。じゃがいものおいしい時期は、春と秋の2回あります。収穫したてのじゃがいもを「新じゃが」と呼びます。ゆでたり蒸したりすると、皮がやわらかいので、手でむけるのが特ちょうです。

じゃがいもは、ビタミンCがたっぷり入っています。ビタミンCは、かぜをひきにくくしてくれます。また、腸の働きをよくする食物せんいも多くふくまれています。春にとれた新じゃがを味わいましょう。