冷凍みかんのお話（中）

みなさん、こんにちは。夏休みは元気に過ごすことができましたか。今日から給食も再開します。たくさん食べてくださいね。

さて、今日は冷凍みかんのお話です。みなさんは冷凍みかんが好きですか？実はこの冷凍みかん、ただみかんを凍らせているだけではありません。みかんをそのまま凍らせると、乾燥してパサパサになってしまいます。一度凍らせたみかんを取り出して、水につけてからもう一度冷凍することで、外側に氷の膜ができあがります。この氷の膜によって、みかんの水分が外に出てしまうのを防ぎ、おいしい冷凍みかんができます。また、温かいものに比べると、冷たいものは甘さを感じにくいといわれています。そのため、冷凍みかんは甘みの強いみかんを選んで作られているそうです。

みかんにはビタミンＣがたっぷり含まれており、風邪をひきにくくするだけではなく、お腹のなかをきれいにしてくれる食物せんいが含まれています。

みかんの旬は冬ですが、今ではハウス栽培などで１年中食べることができます。暑い夏に食べる冷凍みかんはとってもおいしいですね。今日の冷凍みかんも味わっていただきましょう。