

うめ



うめの収穫時期

うめ み がつちゅうじゆん がつ
梅の実は5月中旬から6月いっぱいにかけて収穫されます。阿南市でも長生町の明谷梅林でたくさん収穫されています。



そのままでは食べられない梅の実

うめ もも かお はな
梅はまるで桃のようないい香りを放ちながらも、そのまま食べることができない、ちょっと変わった果物です。梅干しや梅酒、梅酢、ジャムなどに加工されて食べられています。



梅干しの効果

おにぎりの中によく梅干しを入れますがどうしてなのか知っていますか？梅干しにはごはんをくさりにくくする働きがあるからです。また、魚と梅干しを一緒に煮ると、魚の臭みがやわらぐだけでなく、骨までやわらかく煮ることができます。

梅干しはどうやってできるの？

梅干しは赤じその色が梅にうつるから赤いんだって知ってた？



へたをとって塩漬けにします



赤じその葉をちぎって塩でもんで



塩漬けした梅に加えると、梅が少しずつ赤く染まります



干した赤じそは細かくきざんでご飯に混ぜるとおいしいよ



夏の太陽に当てて、梅干しのできあがり



ゆかりご飯の「ゆかり」って、赤じそことだったんだね！