

「冬」を味わう。



キャベツ

秋冬作の王様。産出額は県内1位、全国でも3位を誇ります。昭和の初めから栽培され、豊川用水の通水で大幅に作付面積が増加してきました。田原市のキャベツは、半島特有の風を受けて身が引き締まり、甘みが多く、加熱調理に最適です。

ブロッコリー

産出額は県内1位、全国でも2位。洋菜の中心選手。ビタミンAやC、カロテン、鉄、カルシウムなどを多く含む、とても栄養価の高い、洋菜の代表格です。味や香りにくせがないので、さまざまな料理に適しています。



トマト

産出額は県内1位、全国でも3位。昭和40年代半ばから生産が増え、昭和50年代からは、ミニトマトの作付け面積も増加。これからの季節は、1年中出荷されるミニトマトと、先のとがった「ファースト系」トマトが食べごろです。



寒くなるこれからの季節ですが、田原市の冬野菜や果物たちは、ひときわ元気になります。地産地消で、私たちが元気をもらいましょう。

イチゴ

ひと足早い春の味覚。これからがシーズン本番のイチゴ狩りは、冬の観光の主役を担っています。大粒で甘酸っぱい渥美半島のイチゴは、市内外の人に大人気です。



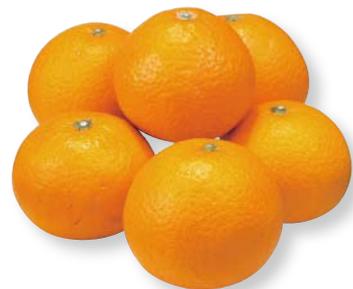
レタス

シャキシャキとした食感がたまらないレタス。田原産は特にみずみずしさが評判です。近年の健康ブームにより、ますます巷の注目を集めています。



ミカン

近年は、露地栽培からハウス栽培への転換が図られ、酸味、糖度ともに高くコクのある品種が主流です。市内の産地直売所でも、人気の商品です。



簡単レシピ 千切りキャベツの豚肉ロール(2人分)



- ①角切りニンジンをゆで、キャベツを千切りにする
- ②豚肉を広げ、キャベツとニンジン巻く
- ③フライパンで②を焼く
- ④③にAの調味料を入れ煮立たせ、水どき片栗粉を入れる

| | |
|-----------|------|
| *材料 | |
| ・豚肉(薄切り) | 5枚 |
| ・キャベツ | 50g |
| ・ニンジン | 50g |
| *調味料 A | |
| ・しょうゆ | 大さじ2 |
| ・みりん | 大さじ2 |
| ・酒 | 大さじ1 |
| ・砂糖 | 小さじ3 |
| ・生姜のすりおろし | 小さじ1 |
| ・水どき片栗粉 | 少々 |