

砂地で栽培されるジューシーでうまいほうれんそう

品目名：ほうれんそう

○特 徴：

和歌山市内の砂地地帯を中心に、しょうが施設栽培の後作として栽培が盛んに行われています。栽培の難しい夏場においても、品質の高いほうれんそうが栽培されています。



○食べ方：

シュウ酸を多く含む野菜のため、茹でて水にさらしてからおひたしや和え物に使います。栄養価の高い野菜で、カロチンやビタミンC、カルシウム、無機質が多く含まれています。鉄分を多く含み、貧血や老化を抑える効果があるとされています。

○来 歴：

ほうれんそうは、昭和40年頃から栽培が盛んになった野菜とされています。和歌山市では昭和45年に25haの面積で栽培が行われていました。当時は露地での栽培が多かったとされています。現在の栽培面積は27haとなっています。

○ 旬 ： 11月～3月（秋～早春）

○産 地： 和歌山市

○生産量： 255 t（平成24年度）

○問い合わせ先： わかやま農業協同組合（代表 073-471-3731）

○出荷時期： 周年