

なんの花かな？



答え:いちじく



## いちじく

ヒント 1	漢字で花のない果(実)と書きます。
ヒント 2	果実を半分に切ると赤い粒々がいっぱい詰まっています。
ヒント 3	枝からもぎとると白い樹液を出します。
主な生産地	安城市、碧南市、常滑市、西尾市、豊田市、知多市
旬	8月～10月
全国生産量順位 (全国シェア)	1位(18.7%) 平成24年産データ
特徴	<p>いちじくは、漢字で「無花果」と書くが、花がないわけではない。いちじくは実の中に小さな花をつけるため、外からは確認できない。果実を半分に切ると、赤い粒々がたくさん詰まっているのが花である。いちじくは、花の部分によって独特の食感を生み出している。</p> <p>アラビア原産で、6000年前には栽培が始まっていたと言われる。日本へは江戸時代に長崎から入ったが初めは薬用であった。愛知県で本格的に栽培されたのは、昭和40年代。旬は夏であるが、露地物が10月ぐらいまで出回っている。(ハウス5～7月、露地8～10月)</p>
代表的な料理・食べ方	そのまま食べてもおいしいが、クリームなどとの相性も良いのでタルトに仕上げたり、ピューレ状にしてソースやシャーベット、寒天ゼリーなどにしてもおいしく食べられる。
栄養・効能	カリウムを多く含むため、血圧を下げ、利尿作用がある。また、たんぱく質分解酵素があるため消化を助け、食物繊維も多く、便秘をよくする。