

なんの花かな？



答え：うめ



う め (梅)

ヒント 1	春に花を咲かせる桜や桃と同じバラ科の木になる実です。
ヒント 2	干したり、漬けたり、加工して使用します。
ヒント 3	日本の食卓には欠かせない一品です。
主な生産地	新城市、知多市
旬	6月～7月
全国生産量順位 (全国シェア)	不明(1位=和歌山県 70.9%)
特 徴	<p>うめは、バラ科の植物で、毎年2月から4月に5枚の花びらのある1cmから3cm大の花を咲かせる。花の色で紅梅(ピンク・赤系)と白梅に大別されるが、食用とされる実は大きい白梅のほうで、紅梅は実が小さく、酸味や苦みが強いので食用には向いていない。</p> <p>中国原産で、日本へは奈良時代に伝わった。当初は観賞用であったが、鎌倉時代には梅干として食べられるようになった。出回るのは5～7月、特に6月が一番多い。未熟な梅には体に有害な成分があるので、生では食べないほうがよい。</p>
代表的な料理・食べ方	梅干し、梅酒、甘露煮、ジャム、シロップ、砂糖漬け、酢漬け(ピクルス)、梅味噌など
栄 養・効 能	クエン酸、リンゴ酸が多く疲労回復に効果があるほか、殺菌効果もあり、弁当のごはんに梅干を入れると細菌が増えるのを抑えると言われる。