

生産量ランキング Top 3!!

- 1 山梨県 37600+
 - 2 福島県 22500+
 - 3 長野県 12100+
- 3県で全体の7割を占めている

蟠桃は、「西遊記」で「孫悟空が」食したといわれているけど歴史が古くてすて

3. ネクワック 吐抜 中央アジア 主な産地 長野県

皮ごと食べられる肉は甘酸っぱい

4. その他 吐抜 吐抜 (パルチカ) 中国産 糖度が高くもちがよい

吐抜 (パルチカ) 吐抜 中国産 糖度が高くもちがよい

1. 白桃系 吐抜 長野県 主な産地 福島県 山梨県 山形県

川中島白桃 果肉がかわいらしく、甘くてジューシー!!

桃のつくりか 年間作業 ~

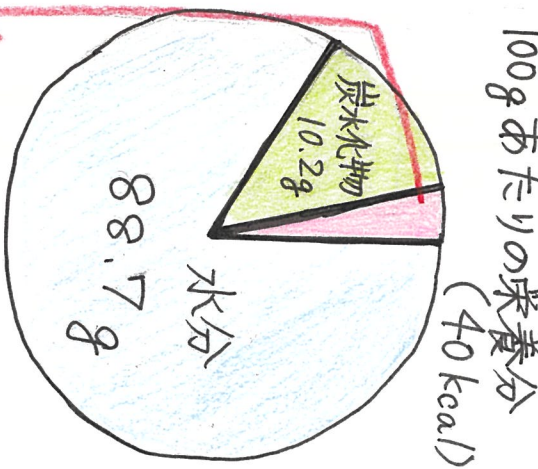
桃のつくりか 年間作業 ~

果肉がかわいたゆ白桃のようだが濃厚な味わいが特徴!

桃のつくりか 年間作業 ~

前島優葉

ももの栄養分け?



- たんぱく質 0.6g
- カリウム 180mg
- リン 18mg
- ビタミンC 8mg

果物は1日 200gとると良い!

また、旧に「ズン」

「ズン」は「ズン」があるのか?

感想

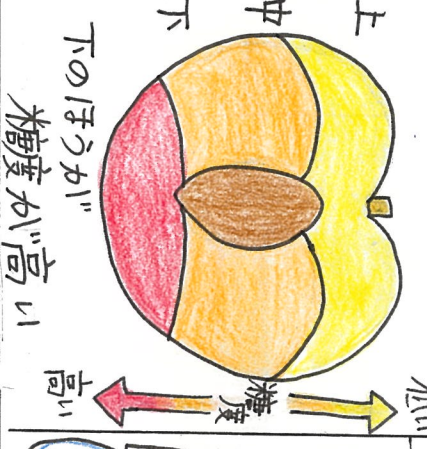
おもについて調べてみて、野生時代にもあった歴史の古い果物ということが、とてもびっくりしました。私はそのまますましく食べたいなと思って、サクサクと作ってみました。おいしいです。

ももには、血圧を下げる「カリウム」が他の果物よりたくさん入っている。「ポリフェノール」の一種の「カテキン」も入っているから、がん予防にも良い!

ももの歴史は? ももは、中国原産といわれていて、日本では、弥生時代のいせきからももの種が見つかっている。ももは、中国で「仙果」とよばれ、病気を治す効果があると考えられていた。昔話「ももたろう」にもつたかいたとい説も!

冷凍庫で冷やして、シャーベット風に! もも、リンゴ、バナナにも! いろいろなアレンジが出来る!

ももの甘いところ



もものつくりか 年間作業 ~

期間	作業
12~1月	枝を切り、日当たりや風通しを良くする
2月	枝を拾う(菌を増やさないようにするため) 春に向けての準備をする (防獣ネット、柵など)
3月	「ほみ」を取る → 無農薬の養分を使うことを防ぐ
4月	人工授粉、花を落とす(摘果) 追肥 草刈りなど!
5月	摘果、ももにふくらみをかえらせる (虫から守るため)
6月	ももにふくらみをかえらせる 下旬からふくらみを取り始める
7~8月	反射シートしき (色づきをよくするため) → 収穫作業、出荷作業
9月	施肥、来年のための準備
10~11月	土づくり (毎年肥料の量を変えている)

11月で全て収穫するよ!

→ 厚かけて、おいしい桃がてき上がる

食べごろの見分け方

- 香りがしている
- 軽くなって表面がやわらかくなっている

冷やすすぎると、甘みが落ちるから食べる前に冷やすと good!!