

～楽しくかぼちゃについて学ぼう～

かぼちゃ (南瓜) クイズ



Q1.かぼちゃの花はどれ？



①

②

③

④

A.③ ①はカブ。②はジャガイモ。④はキュウリ。かぼちゃの花は同じウリの仲間のスイカやキュウリの花に似ているんだよ。

Q2.日本のかぼちゃはどこから来たの？

A.16世紀の半ば(戦国時代)に、ポルトガル船が大分県に漂着した際に、カンボジアで採れたかぼちゃをお殿様に贈ったのが日本にかぼちゃが伝わった最初なんだよ。「かぼちゃ」という名前は、「カンボジア」から来ているとも言われているんだ。



Q3.かぼちゃはどこで生まれたの？

A.かぼちゃの生まれはアメリカ大陸なんだ。かぼちゃには「東洋かぼちゃ」と「西洋かぼちゃ」という種類があって、「東洋かぼちゃ」は中米、「西洋かぼちゃ」は南米で生まれたそうだよ。

Q4.かぼちゃはいつの季節に採れる作物なの？

A.かぼちゃは冬の煮物のイメージがあると思うけど、実は夏から秋にかけてとれる作物なんだよ。かぼちゃは保存がきくから、冬場になっても食べられる数少ない野菜なんだ。

Q5.「かぼちゃを冬至とうじに食べると風邪をひかない」ってどういう意味？

A.冬至は1年の中で一番昼が短い日で、毎年12月22日頃なんだ。昔はこの時期まで食べられる野菜はほとんどなかったんだけど、かぼちゃはこの時期でも食べられたんだ。かぼちゃは栄養豊富な野菜だから、かぼちゃを食べて風邪をひかないようにしようという意味なんじゃないかな。

かぼちゃの選び方と保存方法

●美味しいかぼちゃを選ぶポイント

- ・丸のままのかぼちゃ…**図①**のとおりです。
- ・カットされているかぼちゃ…切り口の果肉の色が濃いオレンジで、肉厚なもの。また、種がしっかりと熟して膨らんでいるものが良い。



●かぼちゃの保存方法

- ・丸のまま保存…涼しく風通しが良い場所に置く。2カ月ほど大丈夫。
- ・カットして保存…スプーンで種とワタを取り除き、ラップでピッタリと包んで冷蔵庫で保存。1週間程大丈夫。
- ・冷凍保存…種とワタを取り除き、煮物用なら面取りして、汁物なら適度な大きさにスライスして冷凍保存。使用時は解凍せず、煮物用は煮汁が沸騰してから調理すると良い。

かぼちゃの仲間達

紹介するかぼちゃ以外にも、まだまだたくさんの種類があるよ。



そうめん南瓜



坊ちゃん南瓜



黒皮南瓜



フッキーニ



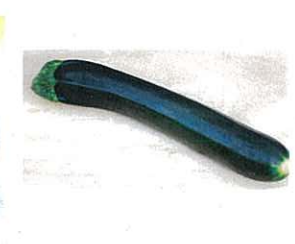
バターナッツ



ながちゃん南瓜



黒皮栗南瓜



スッキーニ



●ハロウィン (10月31日) のまめ知識●

ハロウィンのはじまりは、古代ケルト人が秋の収穫のお祝いと悪霊払いの意味合いをもって始めたものだったようです。現代では、特に英語圏で民間行事として定着しています。

- ジャック・オー・ランタン…かぼちゃの中身をくりぬいて作るランタン。悪霊を怖がらせて追い払うため、ハロウィンの晩、家の戸口の上り段に置く
- トリック・オア・トリート…「お菓子をくれないと、いたずらしちゃえ」という意味。子供達がこの言葉を言いながら家々を訪ね、お菓子を集めてまわる。地域の大人と子供達との交流の機会となっている。
- 仮装…昔はお化けなど怖いものに仮装するのが一般的だったが、現在は好きなものの仮装をするようになってきている。大人同士の仮装パーティーも催されている。

