

# 旬のものを食べよう



スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋など、秋の楽しみ方はたくさんあります。

せっかくおいしいものが多い秋。旬のものをたくさん食べましょう♪



## ぶどう

富良野はワインの街です。

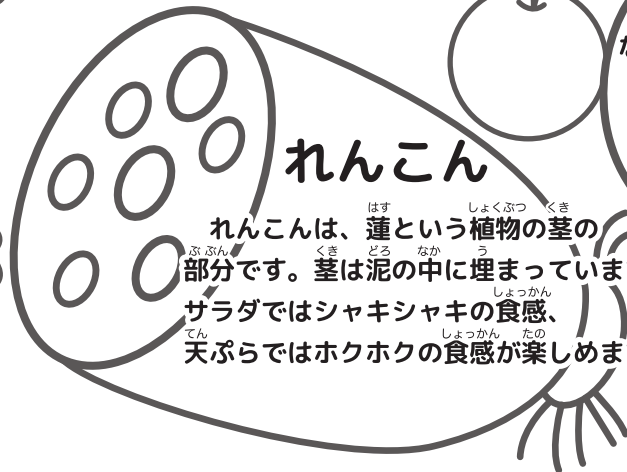
秋にぶどうを収穫し、ぶどうの実と、その実の表面についている酵母を使って醸造するのが

ワインです。

果物は寒暖の差が激しいと

糖度が高

なります。

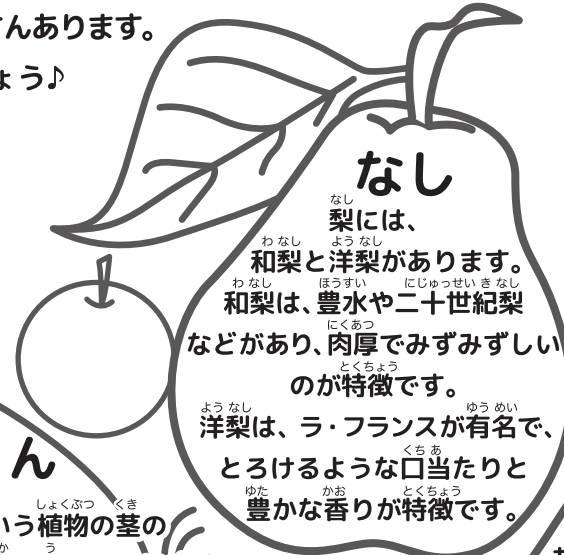


## れんこん

れんこんは、蓮という植物の茎の部分です。茎は泥の中に埋まっています。

サラダではシャキシャキの食感、

天ぷらではホクホクの食感が楽しめます。



## なし

梨には、

和梨と洋梨があります。

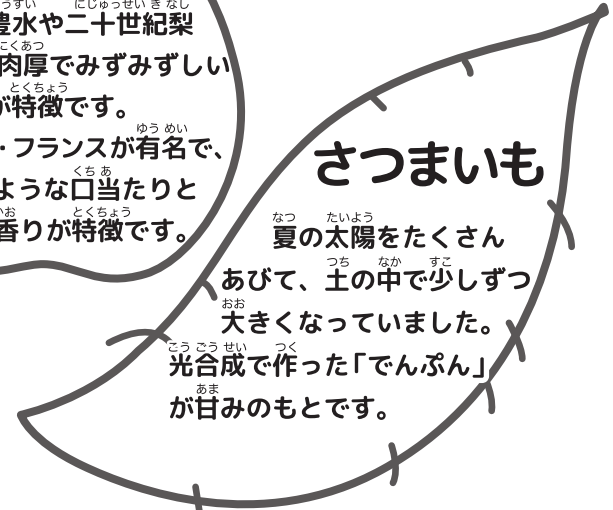
和梨は、豊水や二十世紀梨

などがあり、肉厚でみずみずしいのが特徴です。

洋梨は、ラ・フランスが有名で、

とろけるような口当たりと

豊かな香りが特徴です。



## さつまいも

夏の太陽をたくさん

あびて、土の中で少しずつ

大きくなっていました。

光合成で作った「でんぷん」

が甘みのもとです。

秋の味覚を存分に味わって、食欲の秋を楽しみましょう。

(食べすぎた時には、スポーツの秋も忘れずに・・・)