

平成26年7月上旬～中旬の「おすすめ野菜」

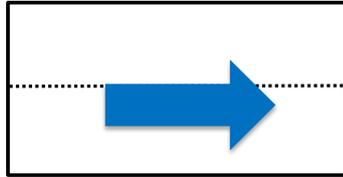
野菜の供給と価格は、季節や天候等によって大きく変化します。その中で比較的価格が落ち着いて推移し、食べごろである野菜のうちから数品目を、「おすすめ野菜」として紹介します。

7月上旬から中旬の「おすすめ野菜」は、次のとおりです。

今後の卸売価格動向

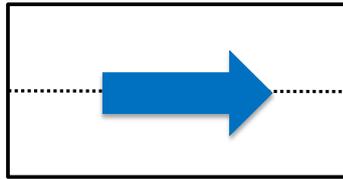
(点線は、平均価格)

キャベツ



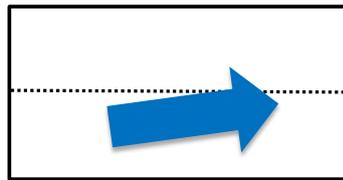
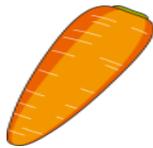
平年並みかやや下回る

きゅうり



平年並みに推移

にんじん



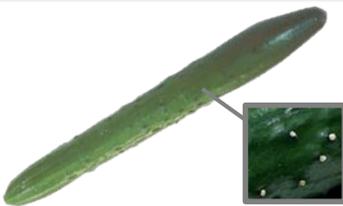
平年並みに近づく

なお、主要な野菜の需要・価格動向についての詳細は農畜産業振興機構ホームページ「[野菜の需給・価格動向レポート](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html)」に掲載しています。
http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html

食べ比べてみよう！

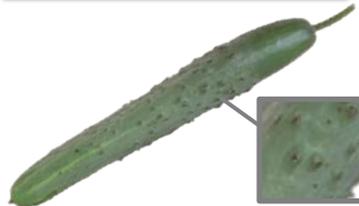
きゅうりの種類と特徴～いぼの違い～

白いぼきゅうり



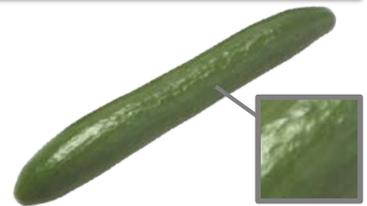
緑色が鮮やかで、皮が薄く歯切れが良いのが特徴です。流通の大半を占めています。果肉がみずみずしく、水気の多い品種なので、生食のほか、どんな料理にも向きます。今がおいしい季節です。

黒いぼきゅうり



皮が厚く、味が濃いため、炒め物等の加熱料理に向いています。かつては、全国的に流通していましたが、生産量は減り、現在では九州、四国等でわずかに栽培されています。

いぼなしきゅうり



短く太めで果皮が柔らかく、みずみずしさが長持ちするのが特徴です。カット野菜に加工する場合、いぼが無い方が雑菌が付きにくいため、外食やコンビニ向けに導入されるようになりました。