

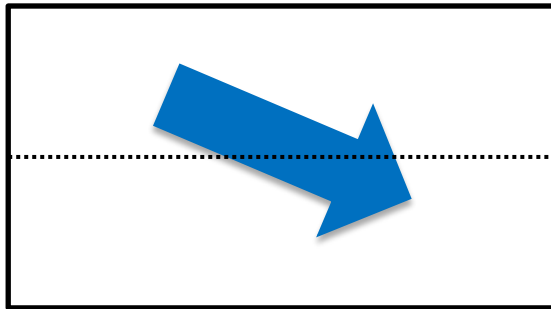
平成27年7月上中旬の「おすすめ野菜」

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

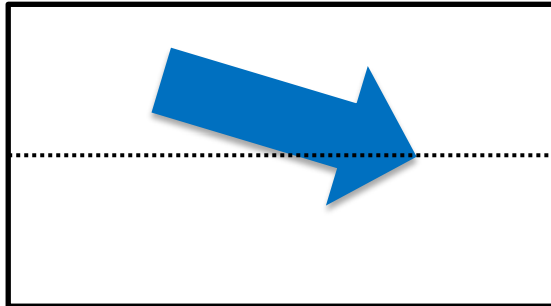
(点線は、平均価格)

ほうれんそう



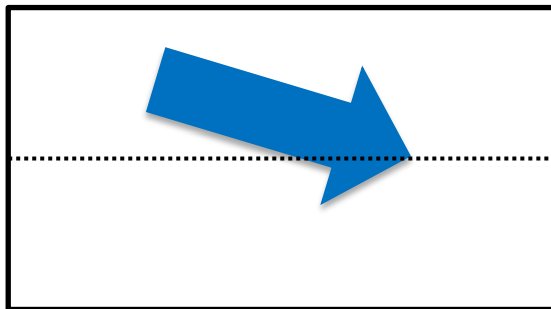
平年を下回って推移

トマト



平年並みに推移

ピーマン



平年並みに推移

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

～そろそろ夏野菜の季節～

ピーマンとその仲間たちについて

そろそろ、夏野菜の季節となってきました。今回は夏野菜のひとつであるピーマン及びその仲間の野菜について紹介します。

薄肉中型種



中型緑



中型赤

日本で多く出回っているピーマンも薄肉中型種に含まれます。果実は円筒形で果肉は薄くみぞがあります。

ピーマンは実が熟す前に収穫するため、果実は緑色ですが、完熟すると赤色になります。一般的には未熟な緑色のピーマンが主流ですが、最近ではカラーピーマンも出回っています。

厚肉大型種



ベル系緑



ベル系赤



ベル系黄

厚肉大型種は薄肉中型種より大型で肉厚です。ほぼ立方体のベル系と呼ばれるものが有名です。ベル系の熟したものは一般的にパプリカと呼ばれ、薄肉中型種より甘味もあり、栄養価も高いのです。赤、黄色、オレンジなどの多彩な色味を生かしてサラダやマリネに使用されています。

～豆知識～ ピーマンとししとうの関係は？

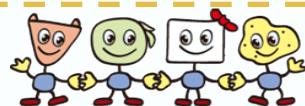


果実の先端が獅子の頭に似ていることから、その名が付いた、ししとうがらし。実はピーマンもししとうもナス科トウガラシ属に属しており、どちらも同じトウガラシの仲間です。トウガラシには辛いトウガラシ（辛味種）と辛くないトウガラシ（甘味種）があり、辛くないトウガラシの中の一種がピーマンやししとうなのです。

ちなみにピーマンは英語で「bell pepper」と言い、名前にペッパーという言葉が含まれています。



ピーマンの詳細は農畜産業振興機構ホームページ掲載の「[野菜ブック](http://vegetable.alic.go.jp/yasaibook/pdf/c03_16.pdf)」(ピーマン)へ
http://vegetable.alic.go.jp/yasaibook/pdf/c03_16.pdf



●ご意見・ご要望をこちらまでお寄せください。
◎発行元 独立行政法人農畜産業振興機構 野菜需給部需給業務課
TEL 03-3583-9483 <https://www.alic.go.jp/form/vegetan.html>