



岡田生花店
ベルポート汐入店
 営業時間 AM10～PM7時
 水曜定休
 TEL・FAX 3802-8716

8月に入り暑さも1段と増して来

ました。ヨーロッパでは40度を超える国も出たとか・・・地球温暖化が現実のものとなつてきているのを感じます。

今月は夏の花の代表”トルコキキョウ”についてお話したいと思います。トルコキキョウは北アメリカが原産の植物でロッキー山脈の高原地帯に自生しています。

トルコキキョウというのは和名で学名はユーストマといいます。ユーストマとはギリシャ語で”よい口(stoma)”という意味です。和名のトルコキキョウはつぼみの形がトルコ人のターバンに似ている咲き方がキキョウに似ているからと言われています。

トルコキキョウの栽培は育苗(種から苗まで育てること)が難しい植物です。種がとても細かく、発芽させるのも難しいそうです。毎年育て

ている農家の人でも難しいそうです。発芽した苗をハウスの中に1株づつ定植していきます。ハウス内の湿度、温度、日照量などに気を付けながら約3ヶ月育てていきます。この間にも必要のない枝や花を摘んだりと管理が続きます。そして花の数や長さなどの等級に分けて市場へ出荷されます。

トルコキキョウは枝数が多く花が多く付いているのが特徴です。最近では品種改良が進んでいるので紫・白・赤・黄・ピンク・緑・茶色や白地にピンクや紫の縁取りなどいろいろな色が楽しめます。咲き方も一重咲き・八重咲き・バラのように花弁が多いものなどが出回っています。露地では6月から7月に咲く花なので暑さに強く花もちも良いので色づいていない固いつぼみや咲き終わった花を摘み採れば長い時間楽しむことが出来ます。

8月の定休日と夏期休暇
 8月8日・21日・22日・23日です。



皆さんお元気でしたか？ムシムシと暑いですね。こんな時は旬のものを食べて元気になりましょう。

「なす」は最近では一年中ある食材ですが、旬は七、八月です。はりつやがよく、ガクの部分についてたトゲが鋭いものを選ぶのがポイントです。

栄養成分は少ないのですが、食物繊維は比較的多い。最近、注目されているのは、皮に含まれる、ナスニンや褐変物質のクロロゲン酸です。これらは、抗酸化作用の優れたポリフェノール類で、老化抑制やがんの予防の効果があります。ナスニンは、動脈硬化の予防や眼精疲労の回復、クロロゲン酸は、血圧や血糖値の正常化に有効とされます。なすはアクが強く変色しやすいので、切つてすぐに調理をするか、水にさらします。あまりさらしすぎると、うまみが抜けてしまうので程ほどに。

今回は簡単・冷やしても美味しいなすのさわやか煮はいかがですか。材料 なす3本・青シソ2枚・みよ

うが1個
 しょうが 適宜・サラダ油適宜
 しょうゆ大さじ1
 煮汁 酒大さじ1・砂糖大さじ1
 水1カップ

作り方

- ① なすはへたを切り、縦半分に切つて、皮目に斜めの切り込みを入れ、長さを半分にする。青じそは縦半分に切つて重ね、横方向にせん切りにする。みょうがも千切りに、しょうがはすりおろしておく。
- ② 鍋を熱してサラダ油をなじませなすを弱火で炒める。しんなりしてきたら煮汁を加えてふたをし、5分煮る
- ③ しょうゆを加えてさらに5分煮る。
- ④ 器に盛り、青じそ・みょうが・すりおろしたしょうがをのせる



第5回 南千住史跡巡り
 日時 8月5日(日) 午後4時
 場所 JR南千住改札口前集合
 参加費無料
 汐入水門↓東京俘虜収容所を廻ります。杉山さんの話は本当に面白くためになります。大勢の方のご参加お待ちしております。