



柿

柿には甘柿と渋柿があり、渋柿はアルコールやガスで渋抜きをして食べられています。代表的な甘柿は次郎柿、富有柿、大秋柿などがあり、渋柿では平核無柿、みしらず柿などがあります。平核無についてはハウス栽培物、露地物は早生からあり、栽培方法で名前もまちまちです。

柿にはビタミン C が多く風邪の予防に良いとされています。また、美容効果や二日酔いにも効果があるので、1日1個食べると良いでしょう。

