

8月オススメ旬の果物

桃



8月と言えば、福島が誇る桃のシーズンですね。

福島の桃といえば、やはり有名なのが「あかつき」。

あかつきは福島生まれの品種で、綺麗な桃色と芳醇な香り。クリーム色に薄い紅色がかった果肉は、ジューシーな甘さが魅力的です。

実が固いうちでも甘さは十分にあるので、お好みで固いシャクシャクとした食感のうちに召し上がっていただいても、追熟させて柔らかくなってからでも、どちらでも美味しく食べることが出来ます。

ぶどう



ぶどうは品種が多く、それによって旬も変わってきますが、

この時期に出回るぶどうはデラウェアや巨峰になります。

デラウェアも巨峰も、現在は種が無いものが主流になっていますが、これは種が無い品種という訳ではなく、ホルモン剤に漬けることで種が出来ないようにしているのです。

またぶどうに含まれているぶどう糖は、体内に吸収されるとすぐにエネルギーに変換されるため、疲労回復に効果があると言われています。