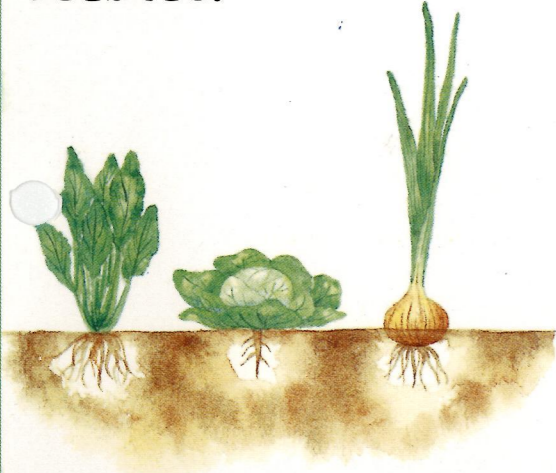


しゅん
旬
だよ!

葉、茎野菜類 (立ち野菜)

花や葉、茎、鱗(りん)茎の部位にあたり、地面から立ち上がっている野菜。収穫後も立てた状態で保存しておく、おいしさを保つことができる。



果菜類 (ブラリ野菜)

果実や種の部位にあたり、ぶら下がった状態で育つ野菜。保存するときは、立てた状態でも横にした状態でもよい。



根菜類 (土付き野菜)

根や地下茎の部位にあたり、土の中で育つ野菜。土付きのまま保存するのが望ましい。



「旬」の野菜カレンダー

月	春			夏		秋			冬			
	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
主な野菜												
ブロッコリー	福岡								福岡			
レタス		山梨						岩手				
キャベツ				福岡	山梨			群馬	福岡			
つぼみな(なばな)			岩手								宮城	
ほうれんそう								福島				群馬
はくさい							山梨					
ねぎ		山梨					新潟		山梨			
玉ねぎ	静岡				山梨							
そらまめ					宮城							
いんげん									福岡			
さやいんげん												
トマト							新潟	福島				
きゅうり								青森				
なす												
おくら												
ピーマン												
えだまめ(黒大豆)												
かぶ											新潟	
にんじん											新潟	
ばれいしょ			静岡			山梨						
だいこん							福島				静岡	山梨