

きょうの市場から



甘みと酸味 バランスよく

ブドウは古代エジプトの壁画にも描かれてお



⑨4 デラウェア

り、古くから主にワインの原料として人類に親しまれてきました。日本は本来、ブドウの栽培に向かない雨の多い気候ですが、明治時代に持ち込まれ、生食用として根付いたのが、今回ご紹介するアメリカ生まれの「デラウェア」です。

「デラウェア」は、6月から8月に旬を迎える種なしブドウで、甘みと酸味がバランスよく凝縮されています。主に山形県、山梨県、大阪府、奈良県で栽培されており、生産者が一房一房、丁寧に粒を間引くことで、粒がきれいにそろった房が

できあがります。

目利きのおすすめは、色が濃く、乾燥防止のために植物自身が生成する「ブルーム」と呼ばれる白い粉が房全体に付いているもの。3時間程度冷蔵庫で冷やし、ブルームは落とさずにさっと水洗いしてお召し上がりください。皮は捨てられることが多いですが、皮には動脈硬化の予防などに効果があるとされるポリフェノールが多く含まれているため、シャーベットやスムージーにすると皮ごとおいしくいただけます。

(京都市中央市場)