

# 6月 茎が太っていもになる ジャガイモ

よくないジャガイモ

この絵の中に食べてはいけないジャガイモが2つあります。どれでしょう？



- 答 1. 緑色になったジャガイモ
- 2. 芽が出ているジャガイモ

※緑色の部分と芽にはソラニンという毒があります。



ジャガイモは、りんごと一緒の袋に入れておくと、りんごのエチレンにより、生長がおさえられ、芽が出にくくなります。

ジャガイモは、土の中の茎に栄養をたくわえる植物。

日本には、インドネシアのジャガタラ(現在のジャカルタ)から船でやってきたようです。

なので、当時はジャガタライモと呼ばれていました。



## ジャガイモの栄養

ジャガイモには、風邪をひきにくしたり、肌をじょうぶにするビタミンCがたっぷり入っています。ジャガイモのビタミンCは熱にも強いので加熱しても、栄養が高いまま食べることができます。

©mikako, yo

金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

