

ホウズキ ペアドロップ

新しいフルーツとして人気急上昇中

食用ホウズキはナス科のホオズキ属の植物で一般的な観賞用とは異なる品種です。ビタミンA、鉄、などを含み、脂肪肝や動脈硬化の予防に効果があると言われるイノシトールをイチゴやぶどうよりも多く含みます。まだまだ、食用としてなじみが薄いですが、生で果物として食べたり、ジャムやペーストにしてトーストに塗ったりケーキやアイスクリームの材料として使われています。

※期待される効果については、各種研究論文で報告されたものを紹介しておりますが効果を保証するものではありません。

- ・節ごとに実がなります。極度の乾燥では実成が悪くなりますので、たっぷりを水を上げること、収穫時は実を持ち上げるとぼろっと取れる頃が適期です。収穫後日陰や冷蔵庫で数日追熟させると更に甘さが増し美味しく食べられます。

収穫の
ワンポイント

食用ホウズキ

Pear
Drop

ペアドロップ