

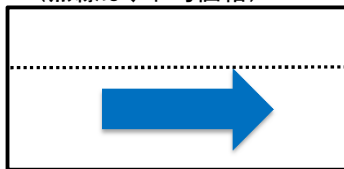
平成25年7月上中旬の「おすすめ野菜」

野菜の供給と価格は、季節や天候等によって大きく変化します。そうした中、比較的価格が落ち着いて推移し、食べごろである野菜のうちから数品目を、「おすすめ野菜」として紹介します。7月上中旬の「おすすめ野菜」は、次のとおりです。

今後の卸売価格動

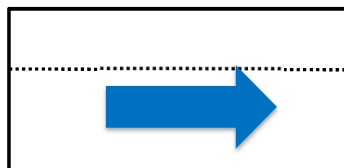
(点線は、平均価格)

はくさい



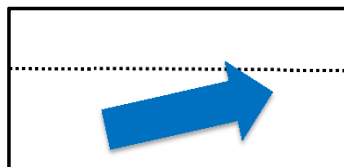
平年を下回って推移

レタス



平年を下回って推移

だいこん



平年並みに近づく

なお、主要な野菜の需要・価格動向についての詳細はホームページ「[野菜の需給・価格動向レポート](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html)」に掲載しています。
http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html

7月6日はサラダ記念日！

～「この味がいいね」と君が言ったから7月6日はサラダ記念日～
依万智さんの短歌より

今日はどんなサラダにしようか♪



世界のサラダ特集

サラダは、古代ギリシャ・ローマ時代に、薬として、野生の草や薬草を食べたのが始まりだと言われています。これに塩をふって食べる(ラテン語でSalare)ようになり、転じてサラダ(英語でSalad)になったとか。それから何千年の時を経て、サラダは各国で独自の発展を遂げています。そこで今回は代表的な世界のサラダをご紹介します！サラダ記念日にはどのサラダを食べますか？



シーザーサラダ

レタスとクルトンをフレンチドレッシングであえて粉チーズをかけた日本でも人気のサラダ



ニース風サラダ

じゃがいも、オリーブ、マグロの缶詰、ゆで卵、アンチョビのサラダ



コブサラダ

レタス、トマト、アボガド、鶏肉、ゆで卵等で構成されるサラダ



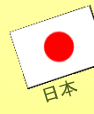
リヨン風サラダ

葉野菜の上にベーコン、ポーチドエッグ、クルトンをのせたサラダ



タラモサラダ

ほぐした塩漬けのたらこ等をマッシュポテトと合わせたサラダ



だいこんサラダ

だいこんの千切りに和風ドレッシングをかけてたさっぱり和風サラダ



カプレーゼ

トマトとモッツアレラチーズ、バジルをオリーブオイルと塩で味わうシンプルなサラダ



ごぼうサラダ

刻んだごぼうをマヨネーズで和えた食物繊維たっぷりのサラダ



参考: ウィキペディア サラダ

<http://ja.wikipedia.org/wiki/%E3%82%B5%E3%83%A9%E3%83%80>

サラダと言ったらやっぱりレタス！

レタスの詳細は農畜産業振興機構ホームページ掲載の「[野菜ブック](http://vegetable.alic.go.jp/yasaibook/pdf/c03_06.pdf)」(レタス)へ

http://vegetable.alic.go.jp/yasaibook/pdf/c03_06.pdf

●この「おすすめ野菜」は、下記のURLに掲載しています。

http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_osusume.html

●ご意見・ご要望をこちらまでお寄せください。

独立行政法人農畜産業振興機構野菜需給部需給業務課

<https://www.alic.go.jp/form/vegetan.html>