

# 平成26年5月上旬の「おすすめ野菜」

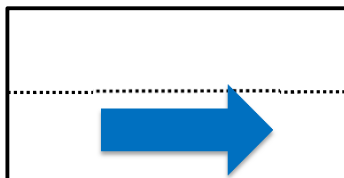
野菜の供給と価格は、季節や天候等によって大きく変化します。その中で比較的価格が落ち着いて推移し、食べごろである野菜のうちから数品目を、「おすすめ野菜」として紹介します。

5月上旬の「おすすめ野菜」は、次のとおりです。

## 今後の卸売価格動向

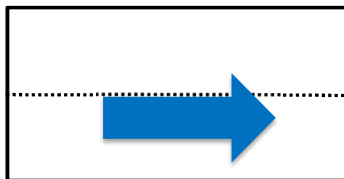
(点線は、平均価格)

はくさい



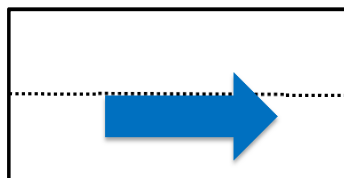
平年を下回って推移

にんじん



**旬です!**  
平年をやや下回って推移

ばれいしょ



**旬です!**  
平年をやや下回って推移

なお、主要な野菜の需要・価格動向についての詳細は農畜産業振興機構ホームページ「[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](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html)

母の日の料理にもおすすめ!

## やわらかく甘みのある新にんじん



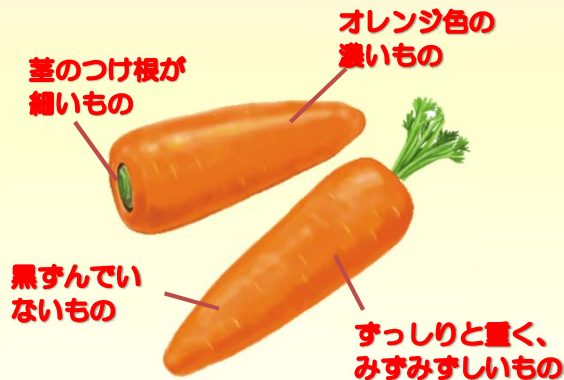
5月11日は、母の日です。感謝の気持ちを込めてお母さんへカレー等の手料理を作る方もいらっしゃると思います。そこでおすすめの野菜が、今の時期に出回っている、やわらかく甘みのある新にんじんです。新にんじんをハート型にくりぬいて、料理に添えれば感謝の気持ちが一層伝わること間違いなしですよ。

画像: ハウス食品株式会社HPより  
[http://housefoods.jp/recipe/rcp\\_6338.html](http://housefoods.jp/recipe/rcp_6338.html)

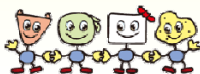


## にんじんの選び方

表面がなめらかで、皮のオレンジ色が濃く、つやがあるものを選びましょう。また、ずっしりと重く、みずみずしいものが良品です。生育期間中の凍傷や日焼けによって表面が黒ずむ場合があるので、茎のつけ根まで色がしっかりついていものを選びましょう。茎のつけ根は根の芯につながっているもので、つけ根が太いものは固く、細いものは甘い証拠です。



にんじん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_20.pdf)」(にんじん)へ  
[http://vegetable.alic.go.jp/yasaibook/pdf/c03\\_20.pdf](http://vegetable.alic.go.jp/yasaibook/pdf/c03_20.pdf)



●ご意見・ご要望をこちらまでお寄せください。  
©発行元 独立行政法人農畜産業振興機構 野菜需給部需給業務課  
TEL 03-3583-9483 <https://www.alic.go.jp/form/vegetan.html>

●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](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_osusume.html)