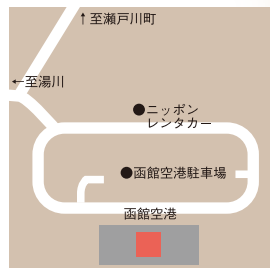


(有)秋山青果



☎ (0138) 57-8884

所 函館市高松町511

営 8:00~19:30

休 なし

P 函館空港駐車場

空港売店で季節の農産物を販売して15年になります。7月はメロンやとうもろこし9月からはじゃがいも、かぼちゃ等の地方発送をしております。また野菜フレークの大望との取扱い店にもなっています

胡瓜【きゅうり】

Vegetables of column

最も栄養のない野菜としてギネスに認定…

96%水分、残りの4%にビタミンやミネラルなどが含まれています。わずかな栄養でも、カリウムはナトリウムとの体内バランスを保ち血圧を下げる働きを担い、水分が多いことで、利尿効果もあるといわれています。

主流の食べ方は生でサラダなどですが、炒めて食べてもとても美味しい!

(鮮度の見分け方)

- ・太さが均一で両端がしっかりしているもの。
- ・イボが痛いくらいとがっているもの。
- ・ツルに近い部分がフカフカしているもの×。

(保存方法)

- ・ビニール袋・ラップにくるみ野菜室へ。
- ・野菜室で立てて保存すると良い。
- ・冬場は冷暗所で保存。

