

なんの花かな？





# 答え：とうがん



## とうがん（冬瓜）

ヒント 1	夏の野菜ですが、冬の瓜と書きます。
ヒント 2	貯蔵性の高い野菜です。
ヒント 3	淡白な食感が煮物やスープによく合います。
主な生産地	豊橋市、東海市、田原市
旬	7月～9月
全国生産量順位 (全国シェア)	2位(18.7%) 平成26年産データ
特 徴	<p>1本のとうがんの株には、雌花と雄花が別々に咲く(雌雄異花(しゅういか)という)。 雌花と雄花はよく似ているが、雌花は正面から見ると「めしべ」だけしかない。雄花は花だけ咲いて、虫が花粉を雌花に運び、受粉させる。</p> <p>とうがんは、日本でも古くから栽培されているが、熱帯アジア・ジャワ島が原産とされている。果実は小さいものから大きいものまであり、大きいものだと10kgを越すものもある。ウリ科の野菜で貯蔵性が高く、冬まで食べられるという意味から冬瓜(とうがん)の名前がついているが、旬は真夏になる。</p>
代表的な料理・食べ方	味は淡白で、煮物やスープ、炒め物、蒸し物などに使われる。中国料理では中をくり抜いてスープなどの器として使われる。
栄養・効能	ビタミンCやカリウムを少し含む程度で水分がほとんど。ダイエット食品として利用されるほか、利尿作用による腎臓病の食事療法にも効果的である。