



4月～
10月



05

バナナ

岡山県笠岡市

化学肥料と農薬不使用。
ビニールハウスで育つ、
甘くて濃厚な国産バナナ。



岡山県内でバナナの苗を購入して植え付け。現在14アールのビニールハウスの中で栽培している



実が太ってきたら、1本1本ナイフでカットして収穫する。追熟させ、シュガースポットが出てきたら食べ頃

誰でも安心して口にできるものを。 食への関心につながるバナナ栽培。

室温24～25℃に設定された天井の高いビニールハウスの中で、たわわに実を付けるバナナ。耐寒性を持つよう改良された、グロスマッシュという品種だ。1本の苗は根元からいくつかに株分かれし、それぞれが成長して実を付ける。7月頃に赤紫の花が咲き、順次実を付け、翌1月くらいまで収穫できる。「幼い子どもでも安心して口にできるものを作りたい。食にもっと関心を持ってもらいたい」と、約270本のバナナの木を化学肥料を使用せず農薬不使用で栽培。黄色に熟したバナナは甘く濃厚で、糖度は24度もある。「瀬戸内完熟バナナ」は評判を呼び、予約販売が好調。今後は本数を増やし、より多くの出荷を予定している。

おすすめレシピ

ハニーレモンバナナヨーグルトスムージー レシピ考案：料理研究家HIROMI



材料 (2人分)

- バナナ …………… 2本
- レモン …………… 1/2個
- ヨーグルト …………… 100g
- 牛乳 …………… 300cc
- はちみつ …………… 大さじ4
- ナッツ …………… 適量

作り方

- ① バナナの皮をむき、レモン汁と混ぜ合わせ、ミキサーにかける。
- ② さらにヨーグルト、牛乳、はちみつを加え、再びミキサーで混ぜる。グラスに移して、好みでナッツをかける。

生産者はコチラ



小堀 秀男さん