

献立ひとくちメモ

11月10日(月)



ゆずの旬は夏と冬の2回あります。夏（7～8月）に収穫されるゆずは「青ゆず」といい、皮が青っぽい緑色でさわやかな香りが特徴です。果汁が少なく酸味が強いので、ゆずこしょうに使われることが多いです。秋（10～12月）に収穫されるゆずは「黄ゆず」といい、さわやかな甘さとフレッシュな香りが特徴で、ジュースやゆず茶として楽しめます。

幽庵（ゆうあん）焼きとは、ゆず、かぼす、すだちなどの柑橘類を加えた和食の焼き物料理の一つです。ゆずは魚の臭みを抑える効果があり、魚料理によく使われています。