

Espal Farm

エスパル農園

「今年はきゅうりを植えないの？」というリクエストに
応えて、今年も植えました。

エスパルのみんなで、さつまいもときゅうりの苗を植えました。大きく育つように水やりなどのお世話をしていきます。収穫が楽しみです。



斜めに植えるのがポイントです。みんなの愛情を受けて、大きくなって甘いお芋に育ちますように・・・

さつまいもの苗です。
ホクホク系、しっとり系、ねっとり系など特徴が様々です。種類によって天ぷらや焼き芋など向いている料理もかわるそうです。



きゅうりの苗です。
きゅうりは、成分の約95%が水分で、カリウムなどを含み、体を冷やし、むくみや高血圧予防にも役立つと言われています。

