



むつざわの太陽と緑に包まれて
南国の香りの王様、パッションフルーツが育ちました。
ひと口食べると胸が“キュン”とするような、甘酸っぱい夏のフルーツです。



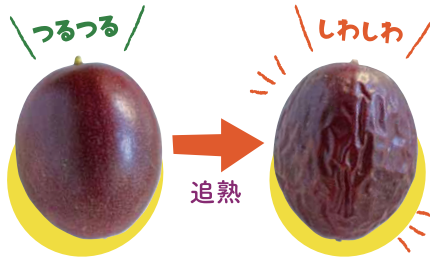
パッションフルーツは、甘酸っぱいゼリー状の果肉と果汁を持った、爽やかな香りただような南米原産の果物です。



βカロチン、カリウム、葉酸などが豊富に含まれ、近年では種に含まれる栄養素にも注目が集まっている、美容や健康に嬉しいフルーツです。

【おいしい食べ頃】

パッションフルーツは、熟すと果皮が緑色から紫色に変わり、自然落下します。落下した時は、表面がつるつるの状態です。



表面がつるつるの状態でも食べることはできますが、さらに10日ほど常温で追熟すると、表面がしわしわになり、酸味が抜けて甘さが増し、食べ頃になります。

【おすすめの食べ方】

P 食べる前に、3時間ほど冷蔵庫で冷やし、中身をスプーンなどですくって、種ごとお召し上がりください。種のパリパリとした食感も楽しめます。



P アイスやヨーグルトにそのままかけたり、煮詰めてシロップにしたり、ゼリーなどにしても美味しいですよ。



P そのまま凍らせて、シャーベットとしても楽しめます。

P 少量のハチミツを混ぜ、レモンを加えたジュースや、焼酎割りにするなど、ドリンクとしても使い方は沢山。色々な食べ方をお楽しみください！

