# 食べて応援！とおかまちの食

食べて学ぼう！【令和３年・12月号】

# とおかまちメニュー新聞

## 今月は十日町のサツマイモを紹介します！

### ○貯蔵することで さらにおいしく！

サツマイモは、掘ってからしばらく寝かせておくと、より甘くなっておいしくなります。これは、サツマイモに含まれるデンプンが、時間の経過とともに糖に変わるからです。

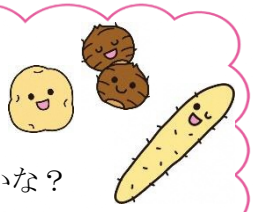
十日町の農家の方々は、「芋穴」にサツマイモを貯蔵します。芋穴とは、秋に収穫したイモや野菜を貯蔵する横穴(手掘りのトンネル)のことです。中屋敷地区には、100年以上前に掘られた長さ18ｍ、高さ180ｃｍもある立派な芋穴があります。

↑十日町市中屋敷地区にある芋穴。年間を通じて内部は 10～15℃に保たれます。昔の人の知恵ですね！

### クイズ！何の花？

下の写真は、全部イモのお花です。

それぞれ何のイモのお花か、わかるかな？



＜当日のメニュー＞

**さつまいもミルクジャム**

甘さのアップしたサツマイモで、ジャムを作ります！お楽しみに！

とおかまちの食応援ジャー！

クイズの答え①ジャガイモ ②サトイモ ③サツマイモ ④ナガイモ