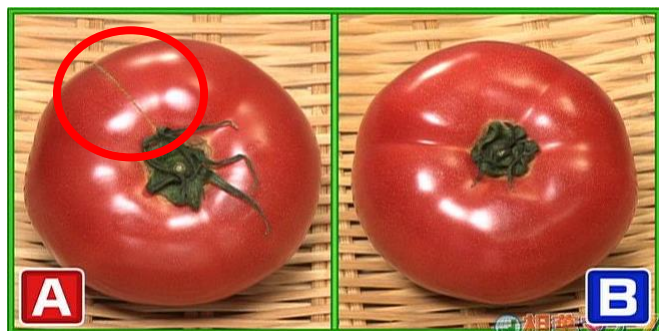


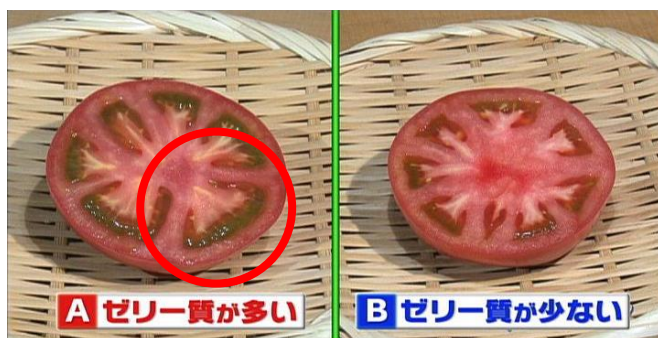
八百屋さんのカリスマ！
杉本青果店 杉本さん
が教える

トマト

★ひび割れしたもの
を選ぶとより美味しい！



ヘタの付近がひび割れたトマトは
甘い！



A ゼリー質が多い

B ゼリー質が少ない



A 中身が詰まっている

B 中身がスカスカ

美味しいトマトは、中身が詰まっ
ていてゼリー質が多いため重い！
そのため、水に沈む！

レタス

★緑色で葉がふわっとしてい
て軽いもの
を選ぶとより美味しい！



A ギッシリ巻いて重い

B ふわっと巻いて軽い

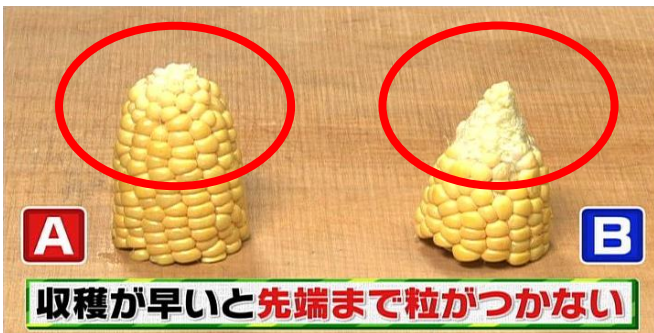
収穫時期を過ぎると、白くて重い
レタスになる！
苦味が増している！

トウモロコシ

★先端のひげが茶色いもの
を選ぶとより美味しい！



先端のひげが茶色いものは
成熟した証！



先端のひげが茶色でないものは、
早めに収穫したもの。
成熟しきっておらず
先端まで粒がついていない！

キュウリ

★細いもの
を選ぶとより美味しい！



太いキュウリは中がスカスカして
いるが、
細いキュウリは身がつまっていて
美味しい！