

きょうの  
食品まめ知識

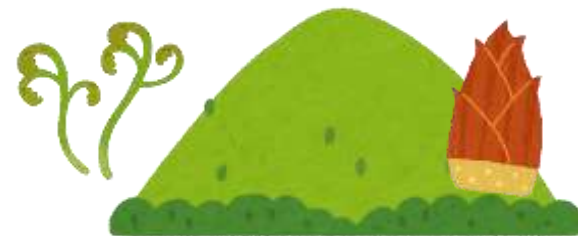
## 山菜の毒に要注意！

まもなく桜が満開になりますね。緑が芽吹く季節ですので、山を訪れる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

春の山では、いろいろな種類の山菜に出会えます。中には毒性をもつものもあるので、食べる際には注意が必要です。例えば、生のタケノコには青酸配糖体、ワラビにはフタキロサイドという毒があります。山菜を食べる前に、毒がないかどうか調べておくことが大切です。

重曹や米ぬかなどを使ってしっかりとあく抜きをすることで、毒性をなくすことができます。

正しい知識を持って、春の山菜を味わいましょう。



京都府農林水産部食の安心・安全推進課

TEL : 075-414-5654 URL : <http://www.pref.kyoto.jp/shoku-anshin/index.html>