

ザクロ

ザクロ科

参考文献

図説果物の大図鑑, 株式会社マイナビ出版 (2016)

果実ナビ, ザくら, 2022年5月12日閲覧, <https://www.kudamononavi.com/zukan/pomegranate.htm>
知っておきたい果物の基本フルーツのチカラでココロとカラダを元気に!, エイ出版社 (2013)

○多摩青果の主な入荷情報

	色の基準											
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
産地												
アメリカ												

○産地情報

アメリカ：主に食用として流通。近年は値上がりが激しい。

当社では12月中旬が入荷のピーク。

最も多く流通している品種がワンダフル種になる。

※国産も存在はするが、観賞用が主で当社での入荷はなし

ワンダフル種

カリフォルニア産

酸味より甘味が強く、独特の甘酸っぱさがある。

重さは250g前後で食用として出回る中心品種。

美しいビーレッド色から「フルーツの宝石」ともいわれる。



○ザクロの花言葉

「花」、「木」、「実」それぞれに花言葉が存在する。

花は「成熟した美」、木は「互いに思う」といったポジティブな意味に対し、実には「愚かしさ」というネガティブな意味がある。

これはギリシャ神話からきており、冥界の神ハデスに強制的に連れ去られたゼウスとデメテルの娘ペルセポネが、誤って

冥界の果実ザクロを食べたことにより、地上に戻れる時間が

減ってしまった行動のことを指しているといわれている。

○ザクロの選び方と保存方法

選び方	皮に割れがなく、重みのあるもの	
保存	生	ポリ袋に入れて冷蔵庫で保存
	冷凍	実だけ取り出してラップに包むか密閉容器に入れて冷凍庫で保存
食べ頃	全体が赤く色づいたら	
追熟方法	常温で保存	

○実の取り出し方

中の実を取り出す際は、果汁が飛び散らないようにボウルに水を張り、その中でほぐすのがおすすめ。ほぐした実は種ごと食べられる。

サラダやヨーグルトにかけて食べたり、ガーゼなどに包んで絞るとジュースとしても楽しめる。アメリカではピザのトッピングとしても使われる。

①



先端を切り落とす

②



十字に切り込みを入れる

③



切れ込みを手で開いてほぐす