



I·V·Aレポート

認定No.

213

ニックネーム:

コアラママ

タイトル:

ハヤトウリの新芽で。

春に伯母からハヤトウリの種を3個もらい、植えました。
実がなり始めるのは、9月後半みたいです。
それにしてもツルがすごい。
沖縄や東南アジアでは、新芽が食べられてます。
詰んですぐは柔らかいので、ニンニク油で炒め
オイスターソース、ナンプラーで味付け。
食感シャキシャキでしたよ。

