

# 唐辛子



野菜・果物を食べよう♪



## ポイント

青唐辛子が熟して赤唐辛子になる。色鮮やかでハリとつやがあり、先端がとがっているものを。

**保存方法** 生は保存袋に入れて冷蔵庫の野菜室で。早く使い切る！長期保存なら、直射日光が当たらない風通しのよい場所でカラカラに乾燥させ、密封保存。

おいしい時期

7~10月頃

## 食べ方

お好みに応じ、料理のアクセントとして上手な活用を！  
辛さを抑えたいときは種とワタを取り除くとよい。