

いいヤツって、  
トゲトゲしい。



### 【ナス】

痛いほどのトゲは、新鮮さの証。  
時間が経てば、しおれてしまいます。  
鋭い見た目に隠された、  
やさしい味をお見逃しなく。

有望株は、  
芽が出ません。



### 【タマネギ】

先端から芽や根が伸びておらず、  
頭が硬ければ合格です。  
余分なところに養分が奪われず、  
涙がこぼれるようなおいしさに。

できる新人は、  
頭が固い。



### 【アスパラガス】

新鮮さは、穂先でわかるもの。  
栄養を最も蓄える部分なので  
固く締まっているのが理想です。  
ひと口かじれば、太陽の味。

チャームポイントは、  
でべそです。



### 【カボチャ】

へたの大きさが、糖度の大きさ。  
栄養が集まる部分なので、  
太くぷっくりしているほど、  
甘みがある目印になります。

自慢は、  
太った下半身。



### 【長イモ】

ゆるやかに、太くなるフォルム。  
それは、土からたっぷりと  
養分を吸って育った証拠です。  
豊かな大地の恵みを、どうぞ。

若い子ほど、  
毛深いんです。



### 【オクラ】

びっしり生えた産毛の理由は、  
おいしさに惹かれて  
寄ってくる虫を防ぐためだとか。  
新鮮な時期ならではの姿です。



## おいしさ、見分けな菜。

人間と同じように、野菜のひとつひとつにも個性がある。  
そう思って野菜を選ぶと、ちょっと楽しくなってきませんか？  
かしく選んで、おいしく食べよう。