

## “正值当季！甜玉米”

宫崎县虽以盛产各种蔬菜和水果而闻名，这期我们将介绍在5月至6月这段期间才能品尝到的西都市“晨摘甜玉米”。

### 【淘金热(Gold Rush)】

普通甜玉米的收割时期通常为6月至9月，但在甜玉米产地的西都市栽培的“淘金热(Gold Rush)”品种于5月至6月间即可收割。该品种的特点于甜度高、汁水丰盈，可生食，以及果肉颗粒饱满。

收割工作一般在日出前凌晨1点至2点左右进行，经过分拣和装箱的甜玉米会在当天上午运往以关东和关西为主的地区。

之所以选择在清晨采收，是因为此时玉米的糖分含量最高，因此它也被称为“晨摘甜玉米”。

### 【推荐食用方法】

① 保留1至2层薄皮，用保鲜膜包裹。

② 使用微波炉（500W）加热：1根约5至8分钟，两根约8至12分钟。

※ 据说用微波炉加热可以锁住营养成分，既不会因为水分过多而影响口感，蒸熟后的甜味更加浓郁。由于加热后温度较高，请小心避免烫伤。

若在附近的超市或直销店看到这初夏的美味——甜玉米，不妨品尝一下。

如果您对本栏目有任何疑问，意见或要求，请联系宫崎县国际交流协会。

TEL : 0985-32-8457 FAX : 0985-32-8512 Email : [miyainfo@mif.or.jp](mailto:miyainfo@mif.or.jp)

如果您对日常生活有任何疑问或心事，请您联系宫崎外国人支持所。

TEL : 0985-41-5901 FAX : 0985-41-5902 Email : [support@mif.or.jp](mailto:support@mif.or.jp)

