



コバトン食の安心情報

令和2年3月号（発行：2月28日）

埼玉県マスコット
「コバトン」

ジャガイモの芽や緑色の部分などにソラニンやチャコニンという有毒成分が含まれています。しっかり取り除いて食中毒を防ぎましょう。



ジャガイモを 安全に食べるポイント

ポイント①

調理時に芽は根本の部分も含めて取り除き、緑色の部分は厚めに皮をむく

※ジャガイモ中の有毒成分は加熱しても減りません

～こんなジャガイモにご用心～

芽が出ている



皮が緑色



未熟で小さい



※その品種の平均に比べて著しく小さいもの



埼玉県マスコット
「さいたまっち」

ポイント②

ジャガイモは日光や蛍光灯に当たると有毒成分が作られるため、暗くて涼しく風通しのよい場所で保管する

ポイント③

学校や家庭菜園などでジャガイモを作っている場合、未熟で小さいジャガイモは有毒成分が作られやすいので、十分に大きく育ったものを収穫する

芽が10cmほど伸びたら、イモを大きく育てるために余分な芽を取り除く
(1株につき2～4本の太い芽を残す)

日光が当たらないように十分に土を寄せる

