

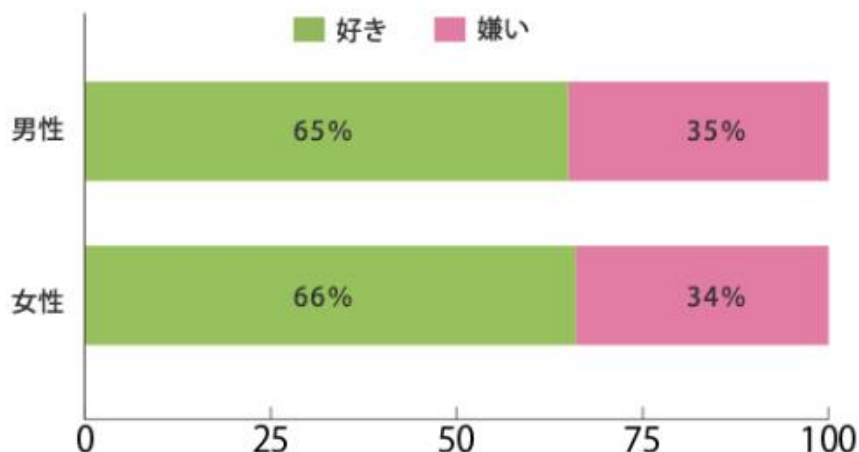
今回のアンケート:

『フルーツを使ったサラダ』について聞きました！



期間：2019年11月6日から2019年12月1日まで 回答数 = 3,889

Q1. 野菜とフルーツを組み合わせたサラダは好きですか？



男女ともに半数以上の方が「好き」であることがわかりました。

Q2. Q1で「好き」と回答した方はその理由を教えてください。

- ・ 野菜のなかにフルーツがあるというワクワク感が好き。サラダに甘味加わり、さらに美味しくなると思う。
- ・ 野菜だけだと、食べるのが億劫ですが、フルーツと一緒にデザート感覚で進んで食べられるからです。
- ・ 野菜にはないフルーツのカラフルさが入ると、食卓が明るくなるから好きです！
- ・ 野菜だけでは飽きてしまい果物が入ると甘み酸味が混ざりあって、味覚や視覚からも楽しい気分になるので。
- ・ 味や食感もさることながら、果物独特の芳香も料理に奥行きをもたらしてくれる。
- ・ 季節のフルーツを使ったサラダは具材マンネリを防いで季節感も出せる一品です。
- ・ フルーツの甘さや果汁感が加わることでスイーツ風に食べられる美味しさがあるから。

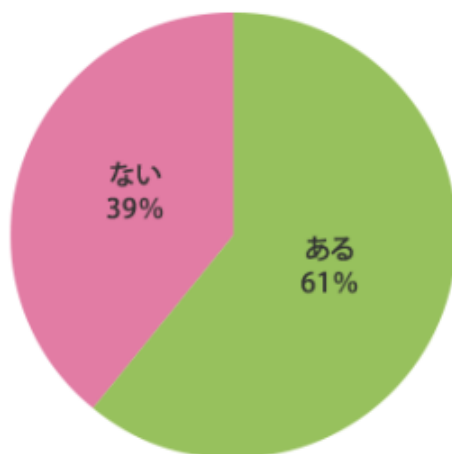
野菜にはない彩りや、食べたときの甘さやみずみずしさに魅力を感じている方が多くいらっしゃいました。

Q3. Q1で「嫌い」と回答した方はその理由を教えてください。

- ・ 甘い香りがする味と、野菜やしょっぱい味系のドレッシングが一緒になった味がものすごくまずい!と感じて苦手です。フルーツはフルーツで、野菜は野菜でサラダで、食べた方が絶対においしいと思います。
- ・ そのままでおいしい果物にドレッシングや、マヨネーズの味がついてしまうので。果物は素材そのままの味を楽しみたいから
- ・ サラダにりんごやレーズンがはいっていたり、酢豚にパイナップルが入っていたりして食べたことがあります。食感や甘さに違和感を感じます。
- ・ 別々で食べる方が美味しいし、別々に食べた方が素材の味を生かせるから。
- ・ 給食の時おいしくなかったというトラウマ。

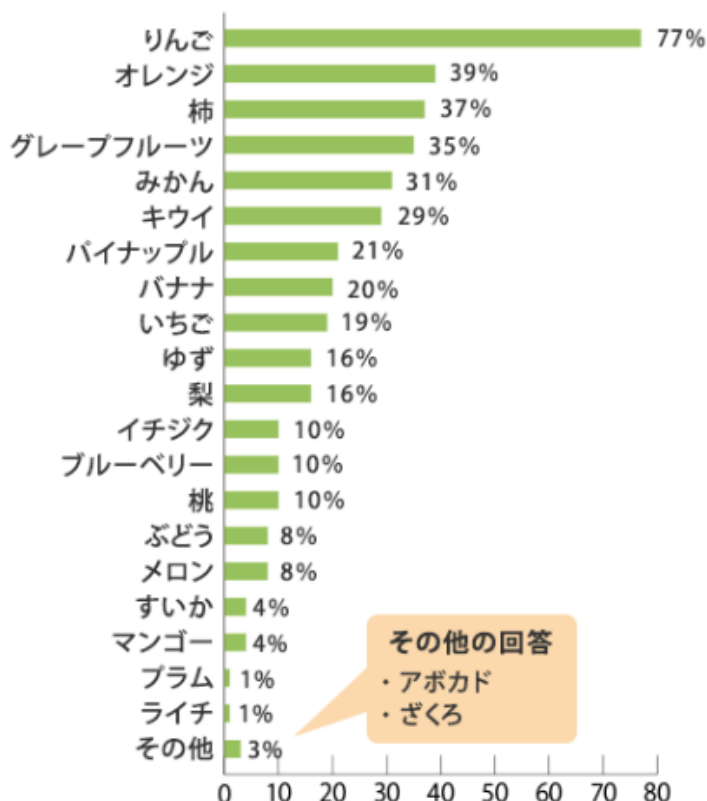
Q2とは対照的に、「野菜とフルーツは別々に食べたい」「組み合わせに違和感を感じる」という意見がありました。

Q4. ご自宅で生のフルーツをサラダに使ったことはありますか？



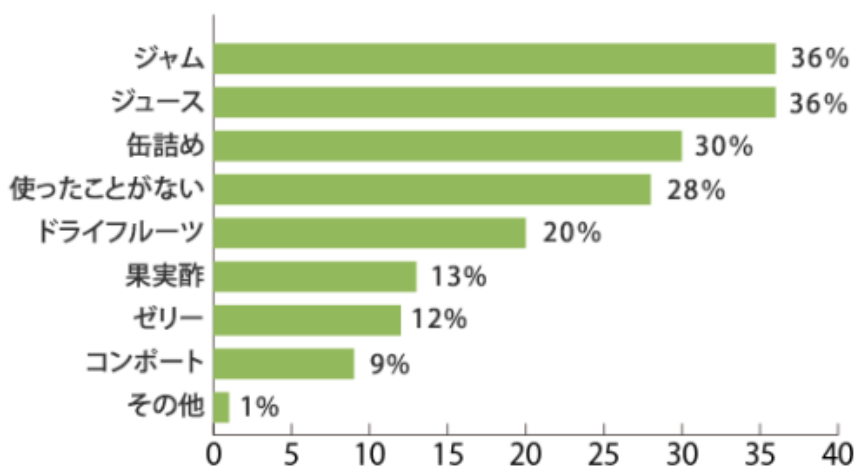
ご家庭でも半数以上の方がサラダにフルーツを使っていることがわかりました。

Q5. Q4で「ある」と回答した方は、使ったことがあるフルーツを教えてください。(複数回答可)



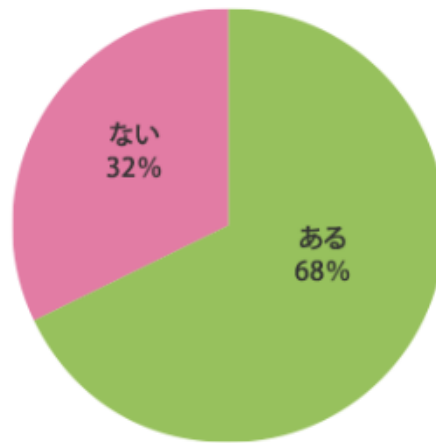
「りんご」が圧倒的に、ご家庭でよく使われていることがわかりました。また「オレンジ」「グレープフルーツ」「みかん」などの柑橘類や、「柿」も上位に入りました。

Q6. フルーツ加工品を使って、料理(デザート以外)をしたことがありますか？使ったのをお選び下さい。(複数回答可)



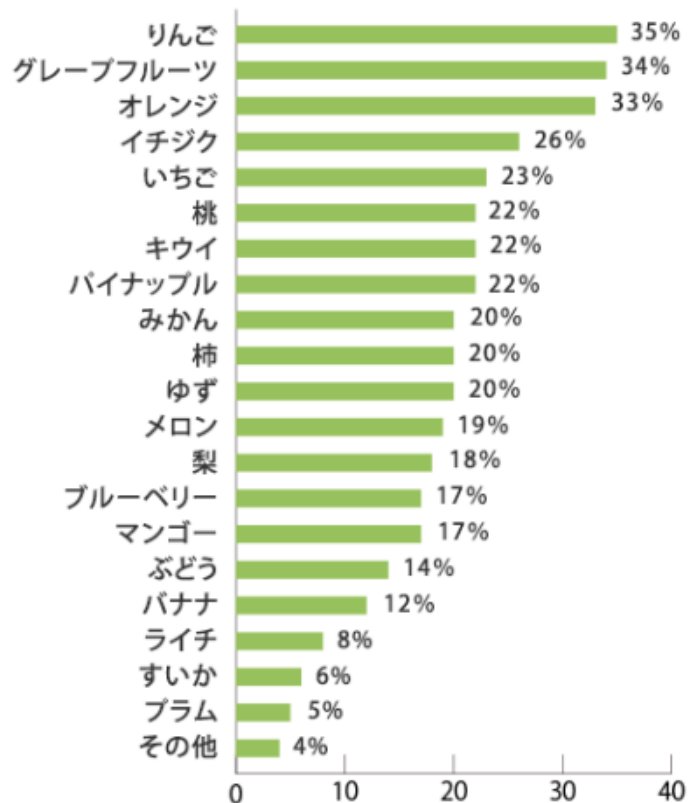
「ジャム」「ジュース」などが上位に入りました。また「使ったことがない」という方が約30%いました。

Q7. 生のフルーツを使ったサラダを外食・中食で食べたことはありますか？



Q4より、ご自宅で生のフルーツをサラダに使ったことがある方は約60%でしたが、外食・中食で食べたことがあるという方は約70%いらっしゃいました。

Q8. 外食・中食のサラダで、どのようなフルーツが使われていたら、食べたいと感じますか？(複数回答可)



Q5と同じく、「りんご」が最も多い結果となりました。またQ5の違いとして、「イチジク」「桃」などの高級感なるフルーツが上位に入りました。

Q9. フルーツを使った料理で、おすすめレシピを教えてください。

- ・ 餃子の皮に 柿と生ハムをのせてトースターで焼き黒コショウとオリーブオイルをかける簡単柿ピザ。
- ・ わかめ、きゅうり、みょうが、タコの酢の物にグレープフルーツを入れるのが我が家の定番です。
- ・ 梨やリンゴをすりおろしてカレー入れてます。
- ・ 桃やいちじくに生ハムを巻いて食べる。
オリーブ油や岩塩をバラバラとふってもおいしいです。
- ・ 厚切り豚肉とイチヂクと一緒に甘辛煮にしたら美味しいですよ！
お砂糖の代わりに蜂蜜を入れるとコクと照りが出て、よりGood！
- ・ 柿とサツマイモのサラダがとっても美味しいのでおすすめです。
ベースはサツマイモの甘めのサラダですがダイス状に切った柿をいれると深みが出ます。
硬めの柿がおすすめです。
- ・ 梨を入れたポトフが美味しい。