



・グレープフルーツ

しゅん はる がつ がつ
・旬:春(4月~5月)

とくちょう
・特徴

グレープフルーツの苦みは
ナリンギンという成分に
よるものです。

しぼう ぶんかい そくしん
脂肪の分解を促進したり、

けっせん よぼう こうか
血栓を予防する効果が

きたい
期待されています。