

世界遗产  
纪伊山地的灵地及参拜道路  
高野山町石道



高野山 坛上加蓝



熊野参拜道路 中边路  
大门坡



熊野川 河船



白滨温泉



国际湿地公约之湿地  
串本沿岸海域

# Foods of Wakayama



和歌山县的农副产品将为您送去安全、  
优质以及精选的美味。



咨询  
和歌山县农水产物・加工食品出口促进协议会  
邮编：640-8585 和歌山市小松原通 1-1  
电话：+81-73-441-2813（直拨） 传真：+81-73-432-4161  
HP <http://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/071700/yusyutu/yusyutu.html>  
Email [e0717001@pref.wakayama.lg.jp](mailto:e0717001@pref.wakayama.lg.jp)



这个小册子是使用大豆油墨和再生纸制作的。



神户

名古屋

# 和歌山丰富的风土孕育的 富有魅力的逸品

在和歌山县随处可见拥有世界遗产的丰富自然和历史资产。温暖的气候又孕育了水果等各种农林产品和丰富的海产品。这里还是酱油等传统饮食文化的发祥地，拥有各种各样的美味和歌山县的特产品。



## 果实 Fruit



### 水果王国和歌山

和歌山县利用温暖的气候，栽培柑橘、桃、柿子等各种水果，是日本最优良的水果王国。为了生产高品质、安全、安心的水果，有关方面积极致力于各种研究开发工作。

产量日本首位  
**柑橘**

上市时期：9月下旬~2月

温暖的气候和易于排水的倾斜地是出产优质柑桔的必要条件。符合前述条件的和歌山县，从很早以前就是著名的柑橘产地。和歌山县的柑橘糖度高，味道浓。皮薄易剥又无核，是日本最具代表性的水果。

产量日本首位  
**柿子**  
(无核柿子)

上市时期：9月下旬~11月



以和歌山县北部为中心，利用昼夜温差大的气象条件，栽培大个、色鲜的优良柿子。和歌山县出产的柿子的七成是“涩柿子”，脱涩后作为“无核柿子”上市。“无核柿子”形状为四角形且无核，糖分在14度以上，具有味甜肉嫩的特点。

日本屈指可数的  
**产地桃**

上市时期：6月下旬~8月上旬



利用接近关西国际机场的地理优势，是出产保证糖度、鲜度的优良桃的产地。

是以品种“白凤”为中心早生桃子的产地，为了防止害虫、晒干，给每一个桃子都罩上袋子精心栽培。个大肉软、香甜可口的和歌山的桃子颇受好评。

世外桃源

和歌山原产  
**纪之川柿**

上市时期：11月

给果实罩上袋子，在树上脱涩，并使果实在枝头充分成熟的柿子就是所谓的“纪之川柿”。其果肉色彩浓厚，就像是撒过红糖，有独特的清脆口感。



#### 和歌山县的概要

##### 地势

和歌山县位于日本最大的半岛纪伊半岛的西南部，半岛南端的串本町是本州的最南端。全县面积为4725.55平方公里。其中山林占县土的77%，山地大致均在海拔1000米左右。县内海岸线约为650公里，里阿斯式的海岸面临着广泛享受黑潮恩惠的丰富海域。

##### 气候

受“黑潮”影响，气候较为温暖。是日本国内四季温度变化比较小的地区，县内南部地区即使冬季也很温暖，洋溢着南国的气氛。





### 东洋的最佳橙子甜橘

上市时期：1月~3月

具有浓厚的甜味和香气，是很有人气的水果。虽然皮厚但易剥，果肉软，果汁多，橘瓣也容易拨离，是方便食用的果实。



### 产量日本首位 八朔柑

上市时期：1月~4月

是占国内产量6成的产地。八朔柑具有适当的甜度、爽口的酸味和隐约的苦味，与柑橘相比果肉略硬，有耐嚼的口感。不仅作为果实，还可以加入色拉中食用。



### 高糖度 高品质 凸顶柑 (Dekopon)

上市时期：12月~4月

果皮易剥，果瓣可带着内皮整吃。糖度在13度以上，甜味和酸味的搭配适中，是非常可口的果实。

日本屈指可数的产地

### 猕猴桃

上市时期：12月~3月

呈翡翠绿，色彩鲜嫩的果肉和清爽的甜酸味是猕猴桃的魅力。因富含维生素C、钾、膳食纤维等营养成分，作为美容食品也是很有名气的水果。

和歌山县主要栽培“海沃德(Hayward)”品种的猕猴桃。



### 日本传统的调料 山椒

上市时期：鲜山椒5月 干燥山椒7月初旬~8月下旬



产量高踞日本首位的和歌山山椒是日本有代表性的香辛料之一。具有独特色香味，不仅可以为料理除腥，而且用于甜煮海味。

# 果实加工品

### 可品尝柿子原有的甜味 安宝柿 (Anpo 柿)

将产量高踞日本首位的和歌山县产的“平核无柿”晾晒，晒得表面和干柿子一样，内部半湿，呈粘稠口感的状态即为Anpo柿。果肉柔软，可品尝柿子原有甜味的Anpo柿，无论作为茶点还是作为礼物都很受人喜爱。



### 能够品尝自然风味 果酱

保持应时且成熟的果实的原有风味，加工出产精心制作的果酱、橘皮果酱等多种商品。



### 如同品尝整个果实 果实饮料

是能够保持果实原有美味的新鲜饮料。以柑橘为代表的和歌山，被誉为水果王国各种果实饮料。



梅林

### 产量日本首位 梅子

上市时期：5月下旬~6月

占国内产量的6成，是与腌梅生产等加工业一起发展起来的产地。主要产品的“南高梅”是发祥于和歌山的品种，其特点是大肉多，可加工成日式梅干、梅酒等产品。

### 日本风味的利口酒 梅酒

不仅严选和歌山县产的梅子，而且加工方法也别具匠心的各种梅酒已成为人气商品。和歌山的梅酒以其淡淡的梅子香和柔和的果香味道博得人气。很适合加冰、兑水或兑热水后作为餐前酒饮用。



### 传统的风味 日本具有代表性的健康食品

具有独特风味的日式梅干是将梅子用盐腌过后，在阳光下日晒而制成的。日式梅干主要成份的柠檬酸，具有促进新陈代谢等功效，是日本具有代表性的健康食品。



### 日本的最佳品牌 日式梅干

和歌山的日式梅干，质量、产量均高踞日本首位。尤其是使用最高品质的南高梅制作的日式梅干，皮薄且果肉丰韵饱满，很有名气。还有添加了蜂蜜、鲣鱼干丝等调味材料的各种风味日式梅干商品。

### 梅子汁的制作方法 简单易制的健康饮料

分量的参考数值 梅子2公斤、砂糖2公斤



1 用水洗净并略微去掉水分后，将梅子放入冷冻库冷冻24小时以上。



2 一层砂糖一层梅子，将砂糖和梅子交替装满瓶子后密封起来。(可增减砂糖调节糖度)



3 梅子开始解冻了，就要时时晃动瓶子溶解砂糖。大约需要10天即可制成。



4 保存时将梅汁放入锅内加热杀菌，之后冷却好后放入冰箱保存。

饮用时，请加入4~5倍的冷水稀释一下。原梅汁还可用作刨冰的浆汁，另外兑苏打水、牛奶稀释也很可口。

※可制作约1.8公升的梅汁  
※因为易于发酵，所以要换装入其他容器并尽可能放入冰箱保存。  
※使用鲜梅子腌制时要比使用冷冻梅子更费时间(冷冻梅子不仅可以缩短时间而且可以避免加工失败)。



# 水 Marine Products 水产品



## 尽享“黑潮”的恩惠

拥有“纪伊水道”、太平洋海域等优良渔场，自古起就盛行多种多样的渔业，是水产业兴盛的地区。

是日本屈指可数的产地  
**带鱼**

上市时期：全年

以拥有丰富水产资源的海峡为渔场，是日本屈指可数的产地。其白肉可煮、可烤、可炸、可蒸，不仅被广泛用于日本菜，作为烹饪材料还受中国菜、法国菜的青睐。

## 和歌山海域 养育的 小沙丁鱼

和歌山海域养育的沙丁鱼的鱼苗捕捞后立刻在海滨附近用热水焯。既有焯过之后就分装的“出锅小沙丁鱼”也有在太阳光下晒干的“日晒小沙丁鱼干”。



## 丰富的 清溪的恩惠 香鱼

上市时期：养殖：全年，天然：6月~7月上旬

从纪伊山系的群山涌出的清溪中养育的养殖香鱼的产量高踞日本首位，清溪与丰富的自然共同养育的天然香鱼也很丰富。



# 水 Processed Marine Products 水产品加工品

## 以鲜度和丰富的品种而自负 鱼干

在捕鱼量丰富的和歌山县，可严格挑选鲜度高的鱼进行烹调、加工，并在阳光下自然晾晒制成干鱼。通过制成干鱼，可增强鱼的美味成份。



## 高蛋白 低脂肪的加工食品 鱼糕

是将鲜鱼磨碎成肉泥制作的加工品。既不损失鲜鱼的营养成分，又可以更加美味、更加简单地品尝鱼类。



## 作为滋养食品倍受珍爱 海鳕的炸煮

是将富含胶质、美味可口的海鳕调成甜辣味道煮好后晒干的珍珠。香脆可口，是富含铁、钙的营养食品。



## 鲜金枪鱼的 捕鱼量为日本之首 金枪鱼

上市时期：养殖：全年，天然：12月~2月

在纪南海域捕获的金枪鱼，因为可活鱼上岸，所以新鲜味美。特别是“纪州胜浦产的鲜金枪鱼”是日本屈指的品牌商品。而且县内因最早开始养殖金枪鱼而颇受瞩目。



## 淡红色的逸品 鲷鱼

上市时期：养殖：全年，天然：3月~4月

鲷鱼在日本被誉为“鱼王”。在海流急的和歌山沿岸渔场捕捞的鲷鱼肉质紧密，是难得的逸品。



## 传统健康食品 芝麻豆腐

将去掉皮的芝麻磨碎，煮好后用葛粉凝固成豆腐状。芝麻富含维生素E等成分，营养价值高。芝麻豆腐作为灵地、高野山的特产品广为人知，又是素菜中不可缺少的逸品。



## 世界的 Soy Sauce 发祥于和歌山县 酱油

以“世界的Soy Sauce”的称呼得到国际公认的佐料“酱油”起源于和歌山县。现在，采用远古的酿造方法生产的手制酱油，以其具有天然风味的滋味和香气而得到好评。



# 和 Tastes of Wakayama 歌山的美味

## 传统的 日本风味的 风味 起源

据说酱油最初是由鎌仓时期由良町兴国寺的僧侣觉心制作的。在酿造调味豆酱的过程中，直觉地感到沉淀于木樽底部的液汁可以用于佐料，经过反复琢磨创造出了其酿制方法。

## 继承传统的 讲究的 果子

从作为城堡城市繁衍的江户时期起，在果子方面就创造出了种种颇为讲究的商品。现在也与过去一样荟集着豆沙点心、脆饼干、羊羹等传统商品。



## 以浓厚的味道自负 和歌山拉面

拉面的汤是以猪骨鸡架合炖的浓厚的骨汤为基础加酱油调味制作的。醇厚丰韵的香汤中放入，使用面粉加蛋白加工的面条。县内有很多被称为“中华面条”的拉面专卖店。



## 是优质水和工匠技艺的结晶 日本酒

是使用从纪伊山脉涌出的清澈的泉水以及精选的大米，再加上传统技巧的结晶而酿造出来的美味佳酒。有各家酿造厂自负的、凝聚独特意向的各种日本酒。