

和歌山の旬のこだわり情報をお届けします

梅を食べて元気いっぱい！

このたびの東日本大震災により被害を受けられた皆様に、心からお見舞い申し上げます。

梅干しは白いご飯とよく合い、長期保存が可能で抗菌作用があると言われてることもあり、和歌山県内の梅加工業者が支援物資としてお送りした紀州の梅干しが現地でも好評だったそうです。和歌山県が誇る梅干しを食べて、皆様に元気になって頂きたいと思います。



さて、みなさまもご存じのとおり、和歌山県は梅の出荷量が日本一。全国の出荷量 79,700tのうち、和歌山県の出荷量が 54,300t を占めています（平成 22 年度農林水産統計）。主な産地はみなべ町と田辺市で、品種は南高、古城（ごじろ）、小梅です。和歌山県の主力選手である南高梅は日に当たると、ほっぺのようにほんのりと紅色に色づきます。果肉が厚く、皮が薄くて、やわらかい、ふっくらとした食感が特徴。調査研究に協力した南部高等学校が名前の由来となっています。特に、紅色が鮮やかなものは「紅南高（べになんこう）」と言って、市場に出回りにくく希少価値があります。

～産地レポート～

今年の梅の開花は、2月に入って始まりました。南高では平年よりやや遅い2月20日～22日に満開を迎えました。3月は平年よりちょっぴり寒かったため、少し生育が遅れています。出荷販売は小梅・古城は5月下旬から、南高は6月初旬から始まりますよ～！

アスリートも重宝！

梅にはただならぬパワーが秘められていることが次々と研究で明らかにされています。

1. 胃ガンの抑制
2. 食中毒から身を守る
3. 動脈硬化を抑える
4. 血液サラサラ
5. 糖尿病を防ぐ
6. 抗酸化で毎日元気（みなべ町HPより）



サッカーの長友選手（インテル）のブログで和歌山の梅干しが紹介されました。梅干しには疲労回復、スタミナ保持に良いとされる“クエン酸”が多く含まれています。試合前にも食べていらっしゃるということで、梅干しはアスリートにとっても必需品なのです♪

次のページではこのような機能性成分がたくさん含まれている梅を使った梅ジュースの作りかたを紹介します！

“和歌山からがんばろう日本”フェア開催中！！

平成 23 年 5 月 21 日（土）から約 1 ヶ月間和歌山マリーナシティにおいて岩手県の物産展開催中。東北の産品を買って被災地を応援しよう！！

暑さ対策！青梅×清涼感

今年も暑くなりそうですね。蒸し暑い日にピッタリの梅ジュースや梅酒をご家庭でつくってみてはいかがでしょうか？青梅フレーバーで夏を爽やかに過ごしてください。



“梅を冷凍させること”がポイント！疲労回復に良いとされるクエン酸、殺菌効果があると言われるポリフェノールの豊富な梅シロップが短期間でできあがり！

☆材料☆

紀州南高梅1kg、氷砂糖1kg

☆つくりかた☆

- ①一晩、青梅を家庭用冷凍庫へ
- ②青梅と氷砂糖を交互に積み重ねる
- ③冷暗所に保管。約10日間後に出来上がり！

～おすすめ！おいしい飲み方～

水で4～5倍に薄めるとおいしい梅ジュースに。牛乳で割ると、ヨーグルト風味のドリンクの出来上がり！ハイボールやブランデー、焼酎で割ってもいいですね♪アレンジ次第で自由自在！ぜひ、あなただけの飲み方をお楽しみください。

梅酒de乾杯！

「乾杯～！」飲み会でよくあるこのシーン。あなたの片手にはどんな飲み物がありますか？

6月11日は「梅酒の日」。ビールや日本酒、カクテルもいいけれど…ちょっぴり気分を変えて“梅酒”で乾杯してみませんか？「梅酒は飲みやすいし、フルーティで大好きなんですよ♪」と話してくれたのは新人…ではなく2年目を迎えたTさん。特に、女子会では梅酒が大人気だそうです。「梅酒にもたくさん種類があるんですよ。にごり梅酒、ゆず梅酒、緑茶梅酒などいろんな味を飲み比べて楽しんでいきます。みなさんも夏バテなんかに負けずに梅酒を飲んで元気に過ごしましょう！」



～お知らせ～

6月6日の「梅の日」に合わせ、全国で梅のプロモーションが開催されます。

○平成23年6月11～12日アピタ鳴海店、アピタ名古屋空港店

○平成23年6月6日紀ノ国屋吉祥寺店、等々力店、7日紀ノ国屋鎌倉店、国立店

この機会にぜひ、紀州の梅を味わってください！

発行：和歌山県庁食品流通課内

食品流通課のホームページ
わかやま喜集館
ふるさと和歌山わいわい市場

まるかじりわかやまニューズレター編集部

TEL:073-441-2817 FAX:073-432-4161

ご意見はこちら→ e0717001@pref.wakayama.lg.jp

和歌山 食品流通課	検索
わかやま喜集館	検索
わいわい市場	検索

わいわい市場の携帯はこちら→

