

旬のカレンダー

○ … 出荷時期 ◎ … 旬の時期

農産物	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
米	○	○	○	○	◎	◎	◎	○	○	○	○	○
<small>なでい</small> 開ショウガ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
新ショウガ	○	◎	◎	◎	○	○	－	－	－	－	－	○
ミョウガ	○	◎	◎	◎	○	○	○	○	○	○	○	○
ヤッコネギ	◎	◎	○	○	○	○	○	○	○	○	◎	◎
キュウリ	○	○	○	－	－	－	○	○	◎	◎	◎	◎
ナス	◎	◎	◎	○	－	－	○	○	○	○	○	◎
ピーマン	◎	◎	◎	○	○	○	○	◎	◎	◎	◎	◎
フルーツマト	◎	◎	－	－	－	－	－	－	○	○	○	◎
トマト	◎	◎	◎	◎	○	○	○	○	○	○	○	○
イチゴ	◎	○	－	－	－	－	－	－	○	○	◎	◎
メロン	◎	◎	◎	○	○	○	○	◎	◎	○	○	○
ウメ	－	◎	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－
ユズ	－	－	－	－	－	－	○	◎	◎	－	－	－
<small>にいたかなし</small> 新高梨	－	－	－	－	－	○	◎	－	－	－	－	－
スモモ	－	－	◎	－	－	－	－	－	－	－	－	－
茶	－	◎	○	－	－	－	－	－	－	－	－	－
タケノコ	◎	○	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－
<small>しほうちく</small> 四方竹	－	－	－	－	－	○	◎	○	－	－	－	－
イタドリ	◎	○	－	－	－	－	－	－	－	－	－	◎

花き	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
グロリオサ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ユリ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
キク	－	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

水産物	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
鮎	－	－	◎	◎	◎	◎	◎	－	－	－	－	－
ドロメ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
沖ウルメ	○	－	－	－	－	○	○	◎	◎	◎	○	○
メヒカリ	－	－	－	－	－	－	－	－	◎	◎	◎	－

- ◎農産物, 花きについてのお問い合わせ
- 高知市農業協同組合(販売課) ----- 〒781-8105 高知市高須東町4-8 tel 088-883-6633 fax 088-861-1446
- 高知県農業協同組合春野営農経済センター(販売課) ----- 〒781-0304 高知市春野町西分512-2 tel 088-894-2222 fax 088-894-5217
- ◎水産物についてのお問い合わせ
- 高知県漁業協同組合浦戸統括支所 ----- 〒781-0240 高知市横浜1814-1 tel 088-842-2850 fax 088-842-2851
- 高知県漁業協同組合御畳瀬支所 ----- 〒781-0261 高知市御畳瀬482 tel 088-841-3211 fax 088-841-3212
- 春野町漁業協同組合 ----- 〒780-0322 高知市春野町甲殿1423-3 tel 088-894-2882 fax 088-821-8812
- 鏡川漁業協同組合 ----- 〒780-0933 高知市鏡川町104-6 tel 088-873-9766 fax 088-803-9878
- ◎その他, このリーフレットについてのお問い合わせ
- 高知市農林水産課 ----- 〒780-8571 高知市本町5丁目1-45 tel 088-823-9458 fax 088-823-9459
- 高知市春野地域振興課 ----- 〒781-0392 高知市春野町西分338-5 tel 088-894-4387 fax 088-894-2426
- 高知市鏡地域振興課 ----- 〒781-3102 高知市鏡小浜7 tel 088-896-2001 fax 088-896-2004
- 高知市土佐山地域振興課 ----- 〒781-3201 高知市土佐山127 tel 088-895-2312 fax 088-895-2812
- 高知市卸売市場 ----- 〒781-0811 高知市弘化台12-12 tel 088-883-1171 fax 088-883-1175



飛び出せ! 高知市の逸品

◎高知市◎
農林水産物の紹介

高知市で生産されている主な農林水産物の分布



米

高知は温暖で雨が多く、お米が早く取れる産地として有名です。かつて米の二期作が盛んに行なわれていました。「南国そだち」や「よさ恋美人」といった超早場米が収穫され、全国に先駆けて新米を味わうことができます。



ショウガ

高知市の北西部や春野地区で盛んに栽培されています。高知の豊かな土壌が育むショウガは香りが高く、風味や辛みがしっかりしていると評判です。高知県は全国一の生産地であり、ジャムやドリンクなどの加工品にも活用されています。



キュウリ

高知では全国に先駆けて温室栽培を始めた野菜のひとつで、春野地区を中心に多く栽培されています。緑が濃く光沢があり、歯切れがよく、みずみずしさが高知のキュウリの魅力です。



フルーツトマト
(完熟トマト)

高知の温暖な気候と独特の土壌で育っています。この土壌が糖度10度前後のおいしさを引き出してくれます。一般のトマトの旬は夏ですが、フルーツトマトは冬から春にかけてが最盛期になります。



茶

高知県は「山茶」と呼ばれる茶の木が自生しており、茶樹の生育に最適な地質に恵まれています。土佐茶の産地のほとんどは、温暖多雨で昼夜の温度差が大きい大型河川の上流域にあり、霧が発生しやすく、これが自然の覆いとなってお茶の品質を高めます。高知市では鏡川の源流域で栽培されています。



しほうちく
四方竹

四方竹とは、秋に収穫される珍しい高知県特産のタケノコです。切り口(2cm前後)が四角い形をしていることからこの名前で呼ばれています。触感の良いこの「四方竹」は、シャキシャキとした歯ごたえが特徴で、煮物・炒め物・すし・サラダ・天ぷらなどの食材として利用されています。



イタドリ

高知県は、林野率が約80%の全国1位の森林王国です。ワラビにゼンマイ、フキなど、食用にする山菜は数多いですが、市民になじみのある存在が「イタドリ」です。高知では塩漬けや冷凍保存して食べています。煮物・油炒め・酢漬け・酢の物・散らし寿司の具などにも利用されています。



イチゴ

高知イチゴ栽培発祥の地である介良地区で栽培されています。主要な品種は「紅ほっぺ」「恋みのり」で、生産者全員が環境に配慮した生産を行っています。



新ショウガ

三里や長浜、春野地区で盛んに栽培されています。見た目の白さ・水分を多く含んだフレッシュさ・生でも食べることのできるマイルドな清涼感のある辛さが特徴です。薬味としてだけでなく、素材そのものを楽しむサラダやかき揚げといった料理にも適しています。



スモモ

五台山で明治45年から栽培されているスモモは、毎年6月頃から出荷されます。栽培品種は、「大石早生」「ソルダム」「サンタローザ」があります。おいしいスモモの選び方として、皮に白い粉が付いているものが新鮮とされています。白い粉は、果物の健康のバロメーターで水分が蒸散することを防いでいます。果皮に近い外側の果肉が最も甘いため、高知の人は皮ごと食べる人も多いです。



ミョウガ

高知はミョウガの生産量日本一を誇り、全国出荷量の90%以上を占めます。さわやかな香りとわずかな辛みが特徴の鮮やかな紅色の香味野菜で、夏場の食欲増進や、カツオのたたきの薬味としてよく使われます。ハウス栽培と露地栽培を組み合わせ、一年中栽培されています。



ピーマン

高知のピーマンは、肉厚で柔らかく、ほのかな甘みとシャキシャキとした食感が特徴です。また、ピーマン独特の青臭さや苦味が少なく、お子さんやピーマンが苦手な方でも食べやすいのが魅力です。冬春には施設園芸による促成栽培を行い、通年出荷を可能にしています。



ユズ

さわやかでとても香り高い柑橘で、果汁は果実酢に、皮は薬味として高知の家庭ではとても人気のある食材です。果汁を搾った柚子酢(ゆのす)やマーマレードなどの加工品も数多く作られています。



ウメ

初夏に実る果実は、さまざまな保存食や多くの加工品の原料などに使われています。「梅を食べれば、医者いらず」と言われ、疲労回復、食欲増進、お弁当に梅干しを入れて殺菌効果にと、「梅」は古くからその効能が認められてきました。北部中山間地域で栽培が盛んです。



にいたかなし
新高梨

特徴は大きなながらも、食味はみずみずしく甘酸っぱい芳香を放ち、口の中で甘さが広がります。針木地区は、国内で最も早い昭和5年から栽培を始めた新高梨発祥の地です。近年「まるはり」ブランドで全国へお届けしています。



ユリ

高知県は全国屈指のユリの生産県で、オリエンタル系ユリ、テッポウユリ、LAユリを冬春季に出荷しています。沿岸地域や中山間地域で栽培されており、それぞれの産地で地域の気候に合わせた技術で良質なユリを栽培しています。



グロリオサ

グロリオサは、和名で「アカバナキツネユリ」や「ユリグルマ」と呼ばれている、ユリ科の球根植物です。三里地区で栽培が始まり、全国一の生産量で70%以上のシェアを誇っています。平成14年にはオランダで開催されたインターナショナルフラワートレードショーでグランプリを受賞し、世界的にもその品質が認められています。



ドロメ

高知の代表的な珍味で、生の鰯の稚魚を三杯酢やぬたで食べます。ほのかな苦味がありお酒の肴によく合います。片口鰯の稚魚が最も美味とされています。これを釜ゆでしたものを「ちりめんじゃこ」と呼んでいます。



鮎

高知県は鮎釣りが盛んです。鮎は独特の香りがすることから「香魚」とも呼ばれ、大きくなると川底の石についている苔を食べるようになります。平成の名水百選に選定された清流・鏡川の苔を食べて育った鮎は、旨みと香りを堪能できます。



メヒカリ

深海魚の一種で、高知では知る人ぞ知る珍味として大変人気の干物として珍重されています。味は淡泊な中にもしっかりと脂がのり、旨味があっても美味しいです。身は柔らかく、骨ごと食べられるのでお子様にもピッタリ、ご飯にも酒の肴にも良く合います。



沖ウルメ

海底に住む深海魚で、旬は秋から冬です。底曳き網漁業と言われる海底に大きな漁網を降し、引きずって魚介類を獲る漁法で水揚げされます。天日干しにした干物は人気が高く、特に高知では御豊瀬でしか獲れない魚です。その身は淡泊でありながら独特の旨味を持ち、脂がよくのっています。