

かごしまの
林産物

日本一早い春の味覚

たけのこ

おいしい時期は？

旬カレンダー

春			夏			秋			冬		
3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月



どんな食材？

セールスポイント

春の味覚として知られるたけのこは、一般的に4月頃に収穫が始まりますが、鹿児島県では、全国で最も早い10月中旬頃から収穫が始まります。なかでも、翌年3月までの期間に収穫されたものは、「早掘りたけのこ」として希少性があり、地表にまだ芽が出ていない「モウソウチク」を収穫したもので、長さ15cmほどで黄金色をしていてアク抜きをする必要がなく、ゆでるだけの“刺身”で食べると甘いのが特徴です。

ココヤスグイ！

コラム

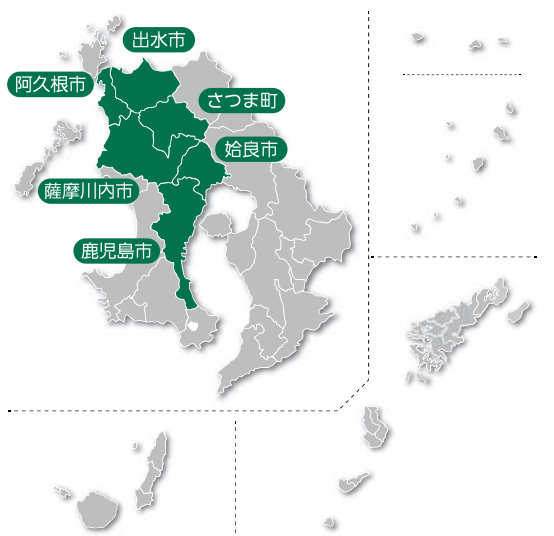
たけのこは、低カロリーで、たんぱく質と食物繊維が豊富な春の食材です。不溶性食物繊維のセルロースが豊富に含まれており、腸内の老廃物や有害物質を排出するとともに、コレステロールの吸収を抑える働きが期待できます。

また、カリウムを非常に多く含みますが、たけのこを茹でてもあまり量が減少しないため、高血圧の予防にも効果的です。

恵まれた土壌と気候で育った鹿児島のたけのこは、やわらかな食感と豊かな風味が特長で、幅広い料理に使える優れた食材です。

ココで獲れます

生産地マップ



問合せ先

- JA北さつま
TEL0996-53-1121
- JA鹿児島いずみ
TEL0996-64-2600

- JAあいら
TEL0995-55-7313
- 鹿児島県竹産業振興会連合会
(たけのこ加工部会)

関連webサイト

JA 北さつま
ja-kitasatsuma.or.jp



JA あいら
ja-aira.or.jp



JA 鹿児島いずみ
ja-izumi.or.jp



鹿児島県竹産業振興会
連合会
(たけのこ加工部会)
pref.kagoshima.jp



原木しいたけ

おいしい時期は？

旬カレンダー

旬	春			夏			秋			冬				
	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月		
	生しいたけ													
	乾しいたけ													
	通年													



どんな食材？

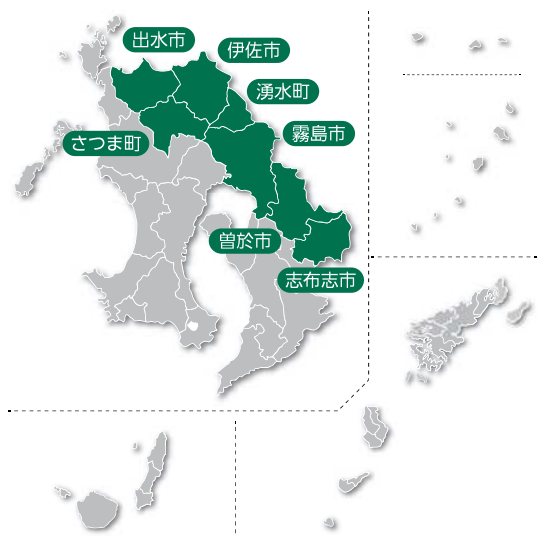
セールスポイント

鹿児島県産原木しいたけは、クヌギ、コナラなどの原木に種菌を植え、肥料や農薬を一切使用せず、原木の養分だけを元に1年半～2年、森の中でじっくり育てられます。

鹿児島の自然がはぐくんだ鹿児島県産原木しいたけは、味、香り、歯ごたえともに格別。まさに森のごちそうです。

ココで獲れます

生産地マップ



ココがスゴイ！

コラム

原木しいたけは、低カロリーで栄養素や食物繊維が豊富な食材です。生しいたけとして食べるほか、乾燥させることにより、カルシウムの吸収を促進する「ビタミンD」などの栄養素が増え、水戻しの過程で三大旨味成分のひとつである「グアニル酸」が豊富に生成されます。鹿児島県産原木しいたけは、美味しさと栄養の両方を兼ね備えた、素晴らしい食材です。

問合せ先

●鹿児島県椎茸農業協同組合 TEL0995-42-5779



かごしまの
林産物

肉厚!プリプリ食感!!

きくらげ

おいしい時期は? /

旬カレンダー

春			夏			秋			冬		
3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
通年											



どんな食材? /

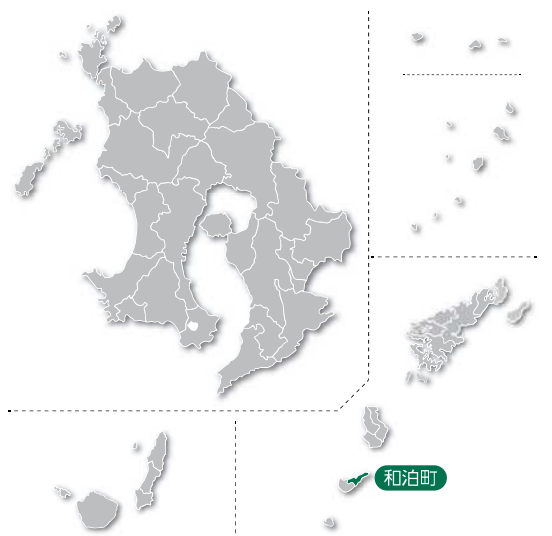
セールスポイント

沖永良部産のきくらげは、島内に自生する「アラゲキクラゲ（荒毛木耳）」の菌種を使用し、ミネラル豊富なサトウキビを絞った後に残る「バガス」を天然発酵させた菌床で栽培されているのが特長です。バガス菌床の栄養価は高く、その恩恵を受けたきくらげは栄養豊富で肉厚に育ちます。



ココで獲れます /

生産地マップ



ココがスゴイ! /

コラム

きくらげには、主に「キクラゲ」「シロキクラゲ」「アラゲキクラゲ」の3種があります。このうち、キクラゲとシロキクラゲは、ほとんどが海外から輸入されていますが、アラゲキクラゲは、国内でも栽培されています。アラゲキクラゲは、きくらげの中で、食物繊維とビタミンDを最も多く含み、キクラゲよりも肉厚でプリプリした歯ごたえが特長です。

他の食材の味や香りを邪魔することなく旨味をしっかり吸収するため、様々な料理に自然になじむ優れた食材です。

問合せ先

- (株)南国きのこ苑
TEL0997-92-3537
- 沖永良部きのこ(株)
TEL0997-92-3165

関連webサイト

南国きのこ苑
nangokukinokoen.com

