

KK NEWSPAPER

No.333

2025.08

北九州青果
業務課



もっといっしょに!
もっと楽しく!
もっと変わろう!



松茸のご紹介

露地無花果・8月の果物のご紹介

トマトについて

なすについて

野菜と果実の入荷状況

7月売上前年比

松茸

「秋の味覚の王様」といわれる松茸。松茸は赤松などの根元に生えますが、今は山が放置されているため松茸の生育環境が整わず育たなくなり減少してきました。今流通している松茸の主力はほとんどが輸入物です。

中国産
国産
北米産

8月－9月
9月－10月
10月－11月



国産松茸（つぼみ）



国産松茸（ひらき）



北米産つぼみ



「コロ」 傘が開いてない状態のもの
長さ6cm以下の未成熟なもので柔らかく食感よいが香り少なめ

「つぼみ」 カサの裏側の膜切れがないもの
香りとうまみのバランスが優れている 価格も一番高い

「ひらき」 カサが80%以上ひらいたもの
香りが強く松茸ご飯に最適



松茸の食べ方

吸い物、松茸ご飯、土瓶蒸し、炭火焼き、すき焼き、天ぷらなど

松茸は水洗いせず、石づきをそぎ落とし絞った布巾などで、汚れをふき取ります。ただ、輸入松茸の汚れが落ちにくい場合はボールにはった水につけながら指や布巾でこするとよいでしょう。

汚れを落としたら水気はしっかりふき取ってください。カットする場合は包丁で切るよりも手でさいたほうが香り豊かに仕上がります。



つぼみは網焼きが一番ですが、焼く時は二つくらいにさいて焼き、食べる時に手で細かくさくようにすれば香りを堪能できます。

笠がかなり開いてきた松茸ならば、香りがたつてますので吸物や土瓶蒸しにするとよいです。

香りをさらに引き出すには炙るのが最適です。

松茸の保存方法

松茸は鮮度が命です。香りと風味が落ちないうちにすぐ調理しましょう。保存する場合は、新聞紙に包んでポリ袋に入れるか、ラップで包んで冷蔵庫に入れます。

食感は多少悪くなりますが、冷凍も可能です。石づきをそぎ落として汚れをふきとり、ラップに包むか保存用袋に入れて冷凍庫へ。自然解凍で半分ほど解凍すれば松茸ご飯やお吸い物などに使えます。

露地 無花果

ハウスから露地物へ



とよみつひめ



とよみつひめは福岡県のブランドイチジク
とよみつひめは2006年 8月 22日に福岡県で
交配育成された品種を登録された物で、栽培は、
許諾契約を結んだ福岡県内生産者および生産団
体に限られています。
名前は行橋市豊前町の(豊:とよ)と甘い(蜜:み
つ)から命名されました。
果形は卵型で、果実はそこそこ大きくなります。
秋果は育成地(福岡県行橋市)では8月中旬から
収穫できる夏秋果兼用の中生種となっています。

蓬萊柿(ほうらいし)



蓬萊柿(ほうらいし)は関西以西中心
蓬萊柿(ほうらいし)は広島県尾道が全
国でも有名で、生産量はトップとされて
います。その他にも愛媛県や福岡県北
部など、中国地方から北九州にかけて多
く栽培されています。

樹井ドーフィン



国内で販売されるいちじくの約8割が
「樹井(ますい)ドーフィン」です。
1909年(明治42年)に広島県の樹
井氏がアメリカから日本に持ち帰った
もので、栽培のしやすさと日持ちのよ
さから全国に広まりました。

8月からお目見え

豊水



きおう



サンつがる



赤肉メロン



豊水の親は「幸水」×「石井早生×二十
世紀」とされ、1972年(昭和47年)に命
名登録されました。
比較的日持ちがよく、果肉はやわらかで
多汁。甘味の中にほどよい酸味があり食
味は優れています。



ハウス 二十世紀

二十世紀梨は、明治37年(1904年)に
千葉県から導入されて以来、100年以上
の栽培される歴史がある代表品種となっ
ています。



新甘泉
(しんかんせん)

新甘泉は鳥取の二十世紀が
生んだ赤梨の新生です。
高糖度の「筑水」に「おさ
二十世紀」をかけ合わせた
新品種です。「新甘泉」は
なんといっても芳醇な甘み
が最大の特徴。

鳥取オリジナル品種を加えた梨のシリーズ化

	8月上旬	8月中旬	8月下旬	9月	10月	11月
青 梨	ハウス二十世紀 筑水やか	二十世紀 なつひめ・涼月・優秋・瑞鳥	二十世紀 筑水	二十世紀 筑水	二十世紀 筑水	二十世紀 筑水
赤 梨	幸水	幸水・豊水・あきづき	新甘泉・新甘泉	新甘泉・新甘泉	新甘泉・新甘泉	新甘泉・新甘泉

※画像付きの梨が近年鳥取県内で育成されたオリジナル品種



ト

マ

ト



色や大きさも豊富で、栄養価も高いトマトは、
市場の取扱金額トップの人気を誇る野菜です。

トマトを生で食べることが多い日本では
「桃太郎」に代表されるピンク系が主流。
調理用トマトなどが赤系で、味が濃く、
加熱するとうま味が増すのが特徴です。

ケチャップやトマト缶などの加工品にも用いられています。

トマトには、**昆布と同様のうま味成分グルタミン酸が**
含まれているので、料理の味わいを深めてくれます。

果肉よりも種の周りのゼリー部分に多く含まれるので、
トマトソースを作るときはそのまま入れましょう。

○ とまとの栄養 ○

赤い色はリコピンという色素成分によるもの。

リコピンはカロテノイドという色素成分の一種で、

がんや老化を予防する抗酸化作用があります。リコピンの吸収率は、

生よりもペーストのように物理的処理や加熱調理された加工品のほうが

高いことが知られています。また、油脂と合わせると、

吸収率が上がるのでオリーブオイルなどと

一緒に摂るとよいでしょう。



疲労回復効果が期待されるワエン酸や

便秘改善に役立つペクチンも含まれています。🍅☆*°



な

す



煮る、焼く、揚げる、漬けるなど**用途が広い万能野菜**。
現在の主流は長卵形のナスですが、歴史の長さを物語るように、
各地の気候風土に根差した在来品種が数多く残っています。
卵サイズの丸型から細長い大長ナスまで、形も大きさも様々。
漬け物に向くもの、焼き物に向くものなど、
特徴を生かした郷土料理も地域に受け継がれています。
「茄子紺」と言われるように、
日本では黒紫色のナスが主ですが、白や緑色のナスも。
果肉は変色しやすいので、**切ったらすぐ調理するか、
水にはなしておきましょう。**

○ なすの栄養 ○

90%以上が水分で、体を内側から冷やす

作用があります。皮の色素は「ナスニン」というポリフェノールの一種。

抗酸化作用があり、生活習慣病の予防などに役立ちます。

また、切り口が茶色になる原因の「クロロゲン酸」にも、

老化やがんを予防する効果が期待できます。



「秋ナスは嫁に食わすな」ということわざは、

身体を冷やさないように気遣っているという説🍷☆*°



