

ふくいの米

「産地」県内全域 「旬の時期」8月～10月

もっと詳しい
情報はコチラ
美食福井



豊かな水、
良質の土で育つ
福井が誇る米。

福井県は、本州ほぼ中央、北は石川県に、南東は岐阜県、南西は滋賀県・京都府に連なり、日本海に面しています。気候は一年を通して季節の変化が明瞭で、冬にはたくさんの雪が降り、その豊かな水が緑豊かな山々を育て、川となつて日本海に流れ込んでいます。また、県内には湧水や地下水も豊富です。中でも大野市（県東部）にある名水「御清水」は今なお住民の生活水として親しまれ、近年では観光地としても賑わっています。

越前の緑豊かな山々と若狭の清らかな水の流れを讀えた言葉に、「越山若水」がありますが、まさに「越山若水」が多様な食材を生み育てたとと言えるでしょう。

福井の米は、山々から流れ出る多くの川が育んだ肥沃な土と豊かな水の恵みにより、県内各地で作られており、一級品の美味しさと評価されています。

まず、米作りにとって欠かせない「水」についてご紹介しましょう。例えば県内一の米どころ「福井・坂

井平野」は、「九頭竜川」の恵みによって農作物の生産が盛んです。釣り人の間では「サクラマス」の聖地」として知られ、福井、石川、岐阜の県境に位置する白山連峰からの雪解け水を集めて流れる県内一の大河。冷涼で豊富な水は農業用水として利用されています。近年では農業用水路のパイプライン化により、この冷たい水を潤沢に利用することができるようになりました。農業用水の温度が低くなり、米の品質や味がさらに向上することが期待されています。

次に、農業生産の基本ともいえる土作りです。肥沃な土壌であっても農作物を長年生産することで、植物が必要とする成分が減ってしまうことがあります。これを防ぐため、生産者はその土地にあった土作りを続け、後世に繋げていきます。例えば、土の中を調査し、不足している栄養を補給したり、土作り肥料を加えて地力の向上を図るなど、良質な土を時間と手間をかけて作っています。また、米に限らず、野菜、果樹などの農作物においても生産者のためまめ努力により、農作物に適した土作りが行われています。



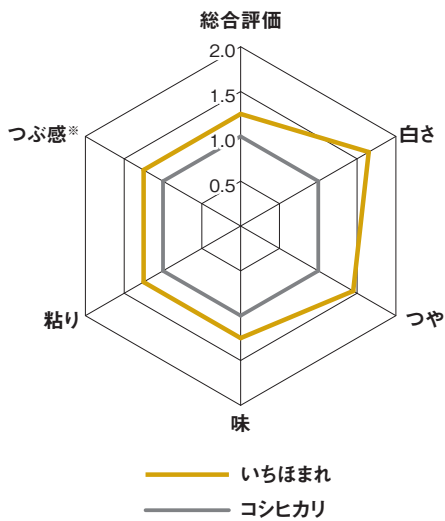
福井県産

いちほまれ

福井県産米のトップブランド
いちほまれ



福井県農業試験場による評価



(財)穀物検定協会の方法に準じた方法で評価
※「つぶ感」とは米粒表面に適度な張りがあり、内部がふっくらとして弾力があることです。

■美味しさの特長

絹のような白さと艶

口に広がる優しい甘さ

粒感と粘りの最高の調和

福井県の技術の
粋を集めて
品種開発。

美味しいお米の代名詞である「コシヒカリ」は福井県が発祥！その美味しさに魅了され、全国各地で生産されるようになりました。

コシヒカリが生まれたのは約60年前の福井県農業試験場。石墨慶一郎博士らによって開発され、その後、米質の良さや美味しさに注目されました。以来、米の開発への熱意は受け継がれ、コシヒカリを基にさまざまな研究開発を経て、ハナエチゼンやあきさかりなど、40を超える新品種を誕生させています。

平成30年には、コシヒカリを生んだ福井県がその技術の粋を集め、20万種から選抜いた、まさに奇跡のお米「いちほまれ」が誕生しました。

コシヒカリを超える
美味しさを持つ
注目のブランド米。

「いちほまれ」の名前には、「日本一（いち）美味しい、誉れ（ほまれ）高きお米になって欲しい」という願いが込められています。特徴は、絹のような白さと艶、粒感と粘りの最高の調和、口に広がる優しい甘さ。その美味しさは科学的にも裏付けされ、ご飯の粘りや硬さ、成分など、全ての項目でコシヒカリを超えるお米です。食べてみると、「おかずはいらないくらい、食べ飽きない」と言われ、冷めても美味しさが衰えないところも魅力の一つ。塩むすびやお弁当の白飯など、外出先の食事にもピッタリです。

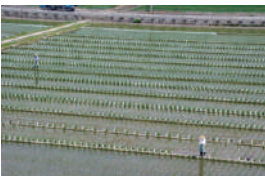
いちほまれ開発ストーリー

生誕地である福井県だから知りえる
「いちほまれ」の開発秘話をご紹介します。

① 開発スタート

平成23年に20万種の候補から開発がスタートしました。

20万種をほ場に一つずつ手植えし、草丈や穂の出る時期等を調査。



② DNA調査

DNAを調査し、病気や暑さに強い遺伝子を持つイネを選抜しました。



③ 食味調査

1500人の消費者の嗜好性を分析し、美味しさを追究しました。



日本穀物検定協会に準じた方法で、美味しさを調査

④ 品質調査



ご飯の白さと艶を数値化する技術を開発し、科学的に評価しました。

福井が誇るお米3種紹介

越の国をはじめ、全国に光輝く米。

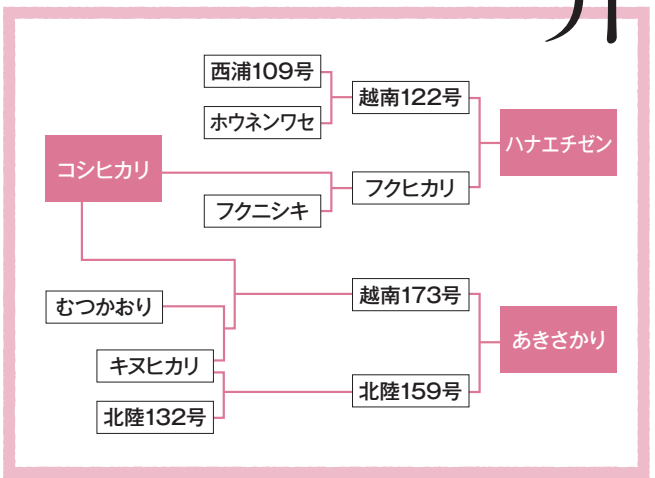
コシヒカリ

コシヒカリは、1956年(昭和31年)、福井県農業試験場にて誕生しました。名前は、越(こし)の国に光り輝くことを願い命名されました。品種開発にあたった中心人物は石墨慶一郎氏で、彼はコシヒカリ以外にもさまざまな品種を生み出した人物でもあります。

現在では、全国各地でコシヒカリが栽培されるようになり、さらにコシヒカリから生まれた品種(子孫)も数多くあります。「ひとめぼれ」「あきたこまち」「つや姫」「新之助」など、聞き覚えがあるのではないでしょうか。



福井県農業試験場内にあるコシヒカリの石碑



ハナエチゼン

いち早く新米を味わうならコレ。



ココもポイント!

味は皆さんご存知の通り、「美味しい」の一言に尽きます。美味しい理由は、炊いた時の光沢をはじめ、粘りの強さ、そして低タンパクであることなどがあげられます。食べるともちっりとした粘りがあり、噛むほどに甘みが出てきます。シンプルに白飯として食べるのが一般的ですが、梅干しなどを入れたおにぎりも美味です。

ココもポイント!

ハナエチゼンは冷めても粘りが感じられることから、おにぎりなどに最適です。福井梅やもみわかめ、おぼろこんぶ、へしこなど、福井の特産を添えて握ったおにぎりは、一度食べたら忘れられない味です。

ハナエチゼンが誕生したのは、コシヒカリ誕生から35年後のことです。名前は、コシヒカリよりもいち早く華を咲かせることから命名されました。コシヒカリよりも収穫が早いことからいち早く美味しい福井米の新米を食べたいと考えている人にとっては定評があります。現在(令和5年)福井県内での作付け面積は、コシヒカリについて

2位、全体の20%を超えています。関西を中心に中京や関東にまで出荷範囲は広がっています。炊き上がりは、白くて光沢があり、白い、早い、旨い、の3拍子がそろっている米と言われています。

あきさかり

クセがなく、万人に好まれる米。

あきさかりは1997年(平成9年)から福井県農業試験場にて交配、育成を進めてきた品種で、2009年(平成21年)から福井県の奨励品種として採用されました。名前は、収穫期の秋、人々がこの品種の魅力に満足し、さらにこの品種が長く愛され繁栄することを願って命名されました。

10日程度後に収穫されます。気になる味については、精米白度が高く、味にクセがない、誰にでも好まれる味です。コシヒカリの子孫ですから、粘りのある食感で甘みもあります。



あきさかりは背丈が短く倒伏しにくい品種です。



写真左があきさかり、右がコシヒカリです。あきさかりの稲の方が少し後に穂が実ります。

～環境にやさしい農業のために～ 福井県特別栽培農産物認証制度

福井県では、国のガイドラインに基づき、農薬と化学肥料の使用を削減(通常の栽培方法に比べ5割以上削減)して栽培された農産物を認証しています。本制度により認証された農産物は、農薬や化学肥料の使用状況が明らかであり、より安全・安心な農産物として購入していただくことで、環境にやさしい農業の発展が図られます。

このような取り組みを通して環境に配慮したエコ農産物の生産を拡大していきます。



コウノトリなど野鳥のエサとなる生き物が豊かな水田



ショウジョウトンボ



生き物調査の様子

福井県認証特別栽培農産物

化学肥料・農薬を5割以上削減した農産物で、4つの認証区分があります。(対象期間1年)

認証区分	区分①	区分②	区分③	区分④
化学肥料	不使用	5割以上削減	不使用	5割以上削減
農薬	不使用	不使用	5割以上削減	5割以上削減

※認証区分で水仙マークの数や位置が異なります。

コシヒカリ誕生ストーリー

生誕地である福井県から知りえるコシヒカリの誕生秘話を紹介します。

① 交配

昭和19年に「農林22号」を母に、「農林1号」を父に、「コシヒカリ」の下となる交配が行われました。



石墨慶一郎氏(左端)らは多くの品種を開発。



② 選抜

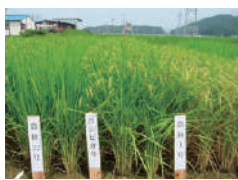
交配して生まれた稲の中から、優れた稲だけを繰り返し栽培することで性質を固定させました。



③ 誕生・日本一

昭和31年、ついに「コシヒカリ」が生まれました。食味がとても優れることから、新潟県などで栽培が始まりました。

昭和54年には栽培される面積が日本で最も多い品種となりました。



日本で最も愛されている品種「コシヒカリ」は、平成28年に誕生60周年を迎えました。

④ 祝60年!!



そば

秋そばは、通常8月中旬に播種、9月中～10月下旬に可憐なそばの白い花が咲き乱れます。その後、白い花が黒い実となり、11月初旬頃から収穫が始まります。

「産地」県内全域
「収穫時期」夏そば 7月中旬～、
秋そば 11月上旬～（早刈り10月下旬～）

もっと詳しい
情報はコチラ
美食福井
FUKUI GASTRONOMY

福井県は日本一の〃在来種そば王国〃。
小粒で味が濃く、香りも高い優れたそばが誇り。

福井県は全国有数のそばどころです。福井におけるそばの歴史は1471年（文明3年）、戦国大名の朝倉孝景が籠城用食糧にしたことが始まりと言われています。現在では、郷土の名物「越前おろしそば」の他、そば打ち愛好家の間では〃そば打ちの聖地〃としても知られています。その美味しさの原点は、〃在来種〃にあります。

在来種とは、昔から特定の地域に伝わり、栽培され続けてきたそばのことです。福井県では各地域で在来種が数多く残されていて、福井県食品加工研究所に保管されているだけで22系統もあります。その中でも代表的なものが「大野在来」「丸岡在来」「今庄在来」「美山南宮地在来」などで、ブランド化を進めています。

もちろん、在来種はすべて同じではありません。同じ県内であっても山間や平地、土質、水質、日照条件などが各地でそれぞれに違うことから、玄そばの見た目や味、特性も変わります。さらに、そこ

に生産者による栽培技術、そばを打つ人の思いなども加わることで、それぞれの美味しさとなります。しかし、総じて県内の在来種は小粒ながら味が濃く、香りに優れていると定評があるのです。

他県でも在来種は栽培されていますが、全県域という大規模で栽培しているのは福井県だけ。福井県は、まさに〃在来種そば王国〃なのです。



11月初旬頃に収穫された玄そば。室温8～10℃の原料倉庫で低温保存することで、香りや風味を維持しています。

越前おろしそばの食べ方は3通り。
ほんのり甘く、ピリリとした辛味も美味。

福井県を代表するそばの食べ方といえば、「越前おろしそば」。ほんのり甘みのある福井県産そばとピリリと辛い大根おろしとの絶妙な味わいが特徴ですが、名実ともに全国に広まったのは昭和22年以降のことです。

昭和22年10月、昭和天皇が来県された際、2杯ものおろしそばを召し上がられ「あの越前のそば……と懐かしんだという言葉に由来しています。その後、平成19年には、農林水産省の「農山漁村の郷土

料理百選」に選定されるなど、「越前おろしそば」は多くの県民に郷土料理として親しまれています。

また、県内ではそばを食べるだけでなく、そば打ち道場をはじめ、素人のそば打ち技術の日本一を決める「全日本素人そば打ち名人大会」や県内高校生による「福井県高校生そば打ち選手権大会」の開催、そば打ち体験講座などを実施し、福井県におけるそば文化の継承とPRを続けています。



ゆつくり丁寧な石臼挽きだから、
在来種の豊かな風味と甘みが維持される。



石臼は上下一対で、内側に8分画の目が刻まれています。そば粉は近年、ガレット粉やスイーツなどに使われることも増えてきました。

高品質の玄そばが収穫できても、製粉方法が良くなければ台無しです。その点、福井県では、県下すべての製粉企業で石臼挽きが行われ、そばの風味を最大限に生かしたそば粉が作られています。

石臼挽きは、ロール挽きに比べて時間がかり効率も良くありません。しかしロール挽きによる高速挽きは熱が生じ、風味や甘みが損なわれてしまいます。一方、低速の石臼挽きは熱が生じにくく、そばの繊維もあまり壊れないため粘りのあるそば粉になります。

県内の製粉企業ではそれぞれの石臼を有し、「目立て」と呼ばれる調整を繰り返して大切に使っています。

福井県における一般的なそばは、少し黒っぽいのが特徴です。その理由は、甘皮すべてを挽く「挽きぐるみ」という挽き方だからです。甘

皮すべてを挽くことで香りの高いそば粉になるのです。

このように福井のそばは「在来種」を「石臼」で製粉するため、「香りが良い」ことが特徴であり、「香福の極み越前蕎麦」がキャッチコピーです。

現在、そばといえば麺状で食べるのが一般的ですが、奈良時代にはそば粉をお湯で捏ねた「そばがき」や「そばだんご」が主流でした。麺状になったのは江戸時代で、当時は「そばきり」と言われていました。福井で「そばきり」が登場するのは160

1年。府中（現越前市）城主の本田富正公がそば師を伴っての赴任の頃で、麺状そばに大根おろしを添える食べ方が広まったと伝えられています。

香福の極み



ふくいそばのPRロゴ

県産そばが食べられる店、

福井県では、県産そばを使用したそば店等を「香福の極み越前蕎麦認証店」として認証。認証店各店の情報は、福井のそば情報サイト「ふくいそばOnline」で確認できます。



越前おろしそばは冷たいそばで、ネギや鰹節を添えるのが一般的です。そばの栄養をたっぷり含んだそば湯もぜひ味わってほしい一品です。辛味大根は、そばの甘みや風味を生かす名脇役です。通常の大根よりも小さくて丸く、収穫時には土の中に隠れています。10月下旬～12月頃が収穫期で、まさに新そばと一緒に味わってほしい食材です。



健康長寿の秘密

大玉トマトとミニトマトの中間の大きさの「越のルビー」。その特長は何と言っても、大玉トマトに比較して3～4度糖度が高く、平均して7～8度もあり食味が非常に良いことです。またビタミンCが大玉トマトの約2倍、生活習慣病などのさまざまな病気の原因とされる活性酸素を減らす働きがあるリコピンも約2倍含まれています。福井生まれの「越のルビー」は美味しいだけではなく、健康にも良いのです。



一つの果房(実が付く枝)に5～10個の実がなります。実が熟して、鮮やかな紅色になったところで収穫です。

越のルビー

「産地」県内全域 「旬の時期」6月初旬～7月下旬、8月下旬～11月初旬

もっと詳しい情報はコチラ
美食福井
FUKUI EAT DRINK



砂地で作られるミディトマトは、フルーツのような甘さが特長。

「越のルビー」は福井県内で生産されるミディトマトの品種で、福井県立短期大学(現福井県立大学)農学科で育成され誕生しました。大玉トマトとミニトマトの中間(ミディ)の大きさで一般に「ミディトマト」と呼ばれています。大玉トマトと比較すると糖度が高いのが特長です。形や大きさがちょうど良く、甘みがあり、福井県内でも人気があります。

福井県内の生産地の一つ、福井市白方町は日本海に面する三里浜の一面にあります。昔から砂地の水はけの良さを活かして福井県の特産品にもなっている、らっきょうや大根、かぶなどを生産しているこの地区に、福井県から平成元年に栽培の話が持ちかけられ、栽培が始められました。しかし、水管理の難しい砂地での栽培はうまくはいかず、ほとんどの実が割れてしまい、当初は全体の半分しか収穫できなかったなど苦労の連続だったそうです。「水の量が多すぎると、実が割れ、糖度も下がってしまうんです。湿度も気をつけてやらないとダメです。トマト栽培は、水の調節が難しいんです」と話すのは若手農業者。

外の気温が高くなるとビニールハウスの中の温度はたちまち40度を超えてしまいます。トマトが育つ適温は27度前後。そのため換気や日よけのカーテンをするなど温度管理からも目が離せません。また各地区で工夫をこらして栽培されている「越のルビー」ですが、砂地で栽培される白方町のトマトは、他の地区のものに比べて玉がやや大きめで収量も多く糖度も比較的高めで良質です。そのため、他地区の生産者たちが見学に来ることもあったといいます。

「越のルビー」は、主に春と秋に収穫されます。この秋の時期に収穫される「越のルビー」は、7月中旬頃から苗を植えています。8月の下旬には草丈が2mほどに伸び、トマトの実がほんのり赤く色付いてきました。収穫は8月下旬ごろから始まり、11月下旬まで続きます。秋に収穫されるトマトは、熟する時間が長いので、春のものに比べ糖度が高い、美味しいトマトになります。

また、近年では嶺南地方を中心に温度や二酸化炭素濃度などの栽培環境を精密に制御し、冬の間もミディトマトが栽培されています。「越のルビー」とあわせて、福井が誇る美味しいトマトを一年中提供しています。

越の宝石

じゅえりー

美しい宝石のような色鮮やかな高糖度ミディトマト。

2019年に福井県農業試験場園芸研究センターで育成された色鮮やかな黄色とオレンジ色の高糖度ミディトマトです。

つやのある黄色やオレンジ色のトマトは、キラキラして宝石のように美しく、赤色のミディトマト「越のルビー」と一緒にすると、宝石箱を開けたような楽しさがあります。そこで、生産者の皆さまと話し合い、売り場の彩を豊かに、食べる方々の気持ちも豊かに、という願いを込めて、「越の宝石(じゅえりー)」と名付けました。





収穫した梅は塩漬され、7月末頃から土用干しに入ります。天気具合を見ながら、乾燥加減をチェック。晴天時には約1日半で半面が干せるといいます。専用の道具を使用するものの、基本的にはすべて手作業。暑い中、梅の表面を丁寧にチェックしながらの作業が9月末頃まで続きます。その後、シソ漬けやハチミツ漬けなどの加工となります。

「紅映」 (べにさし)	その名の通り、「紅映」は実が熟してくると日当たりの良い部分が紅色を帯びます。梅酒、梅干しに適しており、特に梅干しは肉厚でばったりとした食感が特徴です。
「剣先」 (けんさき)	実の先端部分がやや尖っていることから「剣先」という名前が付けました。早い時期から大玉になるため、福井梅のトップを切って出荷されます。梅酒や梅シロップに適しています。
「新平太夫」 (しんへいだゆう)	昭和61年に県の園芸試験場で品種登録されました。江戸時代から伝わる「平太夫」梅の名前にちなみ「新平太夫」と名付けられました。やや晩生の品種ですが、収量が極めて多く、梅干しの品質は良好です。
「福太夫」 (ふくだゆう)	「新平太夫」に「織姫」を交配してできた新しい品種です。平成17年に県の園芸試験場(現 園芸研究センター)で品種登録されました。果実はやや小ぶりですが、早生で収量が極めて多いです。梅酒、梅干しに適しており、福井梅のニューフェイスとして期待されています。
※収穫時期は「剣先」「紅映」「福太夫」「新平太夫」の順	



福井梅

「産地」若狭町、小浜市、おおい町、南越前町、敦賀市、美浜町、越前町
「収穫時期」青梅 6月初旬～7月初旬(梅干し・梅加工品は通年)

もっと詳しい
情報はコチラ
美食福井
FUKUI GASTRONOMY

歴史深い梅栽培。丁寧に手作りされた梅干し以外にも多彩な加工品が登場。

福井県内で最も古く大きな梅産地は、三方五湖周辺です。三方湖畔の国道162号線を海に向かって進むと、湖畔には、梅園、道の駅三方五湖、農家の売店、JA福井県梅の里会館が並び、福井梅発祥の地・伊良積地区へと続きます。梅の産地らしい風景が広がるこの地域は、かつては西田と呼ばれ、江戸時代の天保年間(1830～1844)頃より梅が栽培されていました。在来種の「紅映(べにさし)」「剣先(けんさき)」に、昭和から平成にかけて育成された「新平太夫」「福太夫」が加わった福井県独自の4品種が、今日の福井梅となっています。

2月下旬～3月に開花して実を結び、大切に育てられ6～7月には収穫。約半分は生で出荷され、半分は加工して販売されます。梅干しは昔からの保存食であり、今も主力の商品。完熟の梅を塩漬けにしてから天日干しする「土用干し」は、梅産地ならではの夏の風物詩です。一つ一つ丁寧に並べ、裏返し、適度に乾燥して白干し梅に。一次加工品である白干し梅は、二次加工で塩分や味を調整して梅干し製品になります。福井梅の梅干しは、実がしっかりとっているのに口当たりが柔らかく、果肉の密度が高く感じられて美味しいと定評を得ており、県内のみならず、大

フルーツのような
香りが特徴の「完熟梅」。

完熟梅は、新平太夫や福太夫梅を樹上で鮮やかな黄色に熟したもので、鮮やかな果皮食と桃のようなフルーツ香が特徴です。ドライフルーツやペースト状にして、料理や菓子などに利用されています。



梅干しだけじゃない!! 福井梅の加工品

福井梅を使った多彩な加工品が続々登場しています。さまざまな梅加工品をご紹介します。

JA福井県 梅の里会館 ☎0770-46-1501

【JA福井県】の梅加工品の直売店。梅干しなどを加工・販売しています。

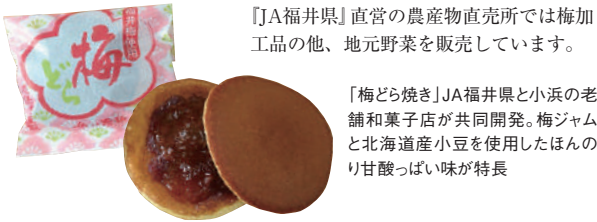


(写真左)「梅肉」すぐ使える練り梅は、無添加で塩分18%と低塩分8%タイプがある
(写真右)「ウメラルウォーター」梅果汁を5%使用した、梅の風味がほんのり美味しい梅飲料



(写真左)「BENICHU38°」糖類を全く使わない無糖の梅酒。甘くないオトコの梅酒として、ロックや炭酸割りで。
(写真右)「BENI サイダー」梅果汁使用の炭酸清涼飲料水。子どもから大人まで、やさしい味わい

JA福井県 若狭ふれあい市場 ☎0770-56-5030



【JA福井県】直営の農産物直売所では梅加工品の他、地元野菜を販売しています。

「梅どら焼き」JA福井県と小浜の老舗和菓子店が共同開発。梅ジャムと北海道産小豆を使用したほんのり甘酸っぱい味が特長

手コンビニエンスストアのおにぎりや、全国の有名百貨店などでも取り扱われています。
梅は生食のできない果物で、酸味やさわやかな香り、完熟の鮮やかな色は加工に向いています。そして、福井梅は梅の中でもミネラルを多く含む美容と健康の味方で、多くの方に食べてほしい食材です。近年では斬新なアイデアと加工技術の進化により、塩分の低い梅干し、甘すぎない梅酒、鮮やかなオレンジの完熟梅ジャムなどが次々と誕生し、福井梅や各地域の多彩な魅力を発信しています。





か み し ょ う

上庄さといも 越前さといも

〔産地〕大野市、勝山市 〔旬の時期〕10～12月



1、2もともと里芋は縄文～弥生時代に、東南アジアから日本に渡来した野菜の一つ。美味しいことはもちろん栄養価も高いことから、現代まで美味しく食べ続けられているのです。特に、里芋といえば特有のぬめり。栄養豊富なぬめりを摂取するならば皮を剥くのではなく、たわしなどで皮をこそげ取るのが良いとされています。3、4最近では里芋洗浄機で洗う場合が多いですが、旬の時期には昔ながらの水車で洗う光景を見ることができます。

5各生産者からコンテナで出荷された里芋は平成23年に整備された「JA福井県（奥越基幹支店）」のサトイモ選果場に運ばれ、共同選果で規格を統一して出荷されます。6奥越の里芋は「大野在来」という在来品種。大きいもので8月には1.5mを超えるまで成長します。かん水などの栽培管理には手間暇をかけて、丁寧に栽培されています。

地元で根ざした 里芋料理



郷土の味、のっぺい汁と煮ころがしです。

また、霊峰白山をはじめ、1000m級の山々から流れる水はまろやかで、里芋はもちろん、美味しい奥越産の米を作る上でも不可欠です。これらの自然条件がすべて揃い、美味しい奥越の里芋が育つのです。

次は形と味について。特長は小ぶりながら身が引き締まっていて煮崩れしないこと。県が全国の様々な里芋を分析したところ、同じ子孫芋用品種の中でもデンプンが多く、強い甘みとしつかりとした肉質を持つことがわかりました。煮込んでも煮崩れせず、里芋のうま味をしつかり味わうことができます。地元料理は定番の煮ころがしやおでん、のっぺい汁、田楽、コロッケなどがあります。

生産者の方によれば、皮を剥くのではなく、たわしなどで皮をこそげ取るように洗い、料理するのが美味しさのコツとか。その理由は、皮と身の間に美味しさが詰まっているから。そのため、収穫後は土付きのまま発送しています。

ブランド里芋として、人気は今や全国区。小ぶりで煮崩れなしの秋冬の重宝野菜です。

秋～冬、そして春先までの美味しい食材の一つが里芋です。里芋は全国で栽培されていて、地域ごとに形も味も少しずつ違います。いわばワインと同じ、テロワール（風土）の違いです。その土地の自然と生産者の心意気が美味しい里芋を作っているのです。

福井県東部の大野市、勝山市にまたがる奥越地区で生産される「上庄さといも」「越前さといも」は全国区の人気を誇るブランド食材です。特に大野市の上庄地区で生産される里芋は「上庄さといも」として昭和62年に商標登録され、全国に販路を拡大しています。また、平成24年には上庄地区以外の奥越地域で生産される里芋を「越前さといも」として販売。そんな奥越の里芋を詳しく紹介しましょう。

まずは自然環境について。里芋が生産される奥越地区は周囲を山に囲まれた静かでのどかな場所です。四季が明確で冬は積雪量が多い、全国有数の豪雪地帯。晩夏～秋にかけては寒暖の差が大きく、その温度の差が作物を美味しくすると言われています。そして経ヶ岳の噴火で流れ出た黒ボク土壌を含む豊穡で水はけの良い扇状地が里芋を包み込むように育てます。

とみつ金時

きんとき

甘さと水分、最新技術が詰まった
一年中美味しい注目のサツマイモ。

サツマイモの旬といえば秋。しかし、とみつ金時はその美味しさを一年中維持しています。その秘密は、キュアリング貯蔵法にあります。「キュアリング貯蔵法」とは、収穫したサツマイモを綿密な温度管理を行い保存する方法。キュアリングにより表面の傷が癒されるため、雑菌の侵入も防止でき、一年を通して旬の味を保持できます」と話すのは、昭和60年頃からキュアリング貯蔵を始めた生産者。

「肥料は有機質のものを使用し、サツマイモの出来具合を見て試験を重ね、毎年微妙に変えています。それに今はバイオテクノロジーで、前年に収穫した最高の種芋から苗を作り全組合員に配り、より一層の高品質を目指しています」
自然と生産者の努力、最新技術が結集したとみつ金時。上品な甘さと適度な水分がギュッと詰まり、焼きイモにすれば、こぼばしい香りが食欲を誘います。最近では、県内外の料理人やパティシエからも注目を集め、惣菜だけでなく、デザートにも姿を変え、食されています。



キュアリング貯蔵法により、出荷作業は1年中続き、全国に発送されています。

土付きのサツマイモを35℃、湿度95%の室内に約90時間置き、その後、一気に12℃まで温度を下げ、湿度85%で保存するキュアリング貯蔵法。徹底した温湿度管理と、皮に傷をつけないための手作業で(傷口からの雑菌侵入防止)、美味しさが保たれています。



出荷



東京市場にも出荷しており、評判は上々。全国ブランドの他県のサツマイモと比べて一歩もひけをとらない、福井の「とみつ金時」の名前が定着する日も近そうです。

調理法



とみつ金時をレンジで熱くして裏ごしし、卵・砂糖・牛乳・生クリームを加え、鍋で温めます。再度裏ごしをしてオープンで蒸し焼きにした「さつま芋のプリン」は、手軽なデザートとしてお勧めです。

お問い合わせ：
富津甘藷生産組合 ☎0776-79-1862
エコフィールドとみつ ☎0776-79-1256

福井百歳やさい

三里浜三年子らっきょう

普通らっきょうは、8〜9月頃に植え付けをして翌年の5〜6月に収穫されます。

坂井市(三国町)・福井市にある三里浜の砂丘地で採れるらっきょうは、全国的に珍しく、植え付けから収穫まで、足かけ三年もの年月をかけて栽培され、「三年子(さんねんこ)」と呼ばれています。種球1粒は最初の1年間で6〜9粒に増えます。これが、丸2年間育てる「三年子」栽培では、40〜60粒になります。年月が経つにつれて粒が小さくなるため、「三年子」は小粒で繊維が細かく身が締まり、歯切れの良いらっきょうと

なるのです。

収穫された「三年子」の大部分は、地元の三里浜特産農業協同組合で甘酢漬けに加工され、「花らっきょ」というブランド名で福井県内はもとより全国へ出荷されています。特に京阪神、中京方面への出荷が多いのですが、その評判は高く、品切れになるほど。
らっきょうは火を通すことで特有の匂いが消え、甘みが出てきます。地元では、「花らっきょ」を天ぷらにしたメニューを出す飲食店もあり、密かに人気です。



美味しいレシピ

ビールのあてにぴったり! らっきょうサラダ

三年子「花らっきょ」を使ってサラダを作ってみました。そのまま入れても、ドレッシングとして使ってもアクセントになります。



- 材料/2人分
花らっきょ……………1/2袋(40g)
越のルビー……………2個
水菜……………50g
その他、好きな野菜……………適量
マヨネーズ……………適量
醤油……………少々
- ①らっきょうをみじん切りにし、マヨネーズと醤油と一緒に混ぜ合わせておきます。
②越のルビーは1/4に、水菜やその他の野菜を食べやすい大きさに切ります。
③皿に水菜、越のルビーなどの野菜を盛り付け、半分に切ったらっきょうを飾り、食べる直前にドレッシングをかけます。



もっと詳しい
情報はコチラ
美食福井
FUKUI GASTRONOMY



ふくい育ちのフルーツ ぶどう



福井のぶどう
ふくぷる

〔産地〕福井県全域 〔旬の時期〕7月下旬～

福井県では福井の気象に合わせて選んだ品種を栽培し、「福井県産ブドウ産地化」に取り組んできました。そんな中で、福井県産・糖度17度以上・種無しなどの条件をクリアした大粒のぶどうを福井のぶどう「ふくぷる」という愛称で販売しています。ぶどうの品種は7000以上あると言われていますが、その中でも4つが福井県おススメの品種とされています。



ブラックビート(黒)

〔産地〕福井県全域
〔旬の時期〕8月上旬～

日本の黒ぶどうを代表する「ピオーネ」と「藤稔(ふじみのり)」の交配により誕生。酸味は少なく、あっさりした味。



サニールージュ(赤)

〔産地〕福井県全域
〔旬の時期〕7月下旬～

1粒はデラウェアより大きく、巨峰より小さく食べやすい大きさです。種なしで肉質は塊状。酸味が少なく高糖度です。



ふじみのり
藤稔(黒)

〔産地〕福井県全域
〔旬の時期〕8月中旬

黒色で極大玉の巨峰に似ており、肉質は中間で種なしで栽培。ボリューム感たっぷり、見ためと味、両方で楽しめます。



シャインマスカット(緑)

〔産地〕福井県全域
〔旬の時期〕8月中旬～

黄緑色で大粒、最大の特徴は種なしで皮ごと食べられること。肉質は崩壊性で皮が薄く、カリッと味わうことができます。



5月下旬から6月上旬の収穫期には、のびのびと育ち、風にたなびく六条大麦を見ることができます。また、大規模治水事業や土壌改良、排水改良が行われたことで畑作も盛んになりました。



近年のヘルシーブームで、大麦が持つ優れた栄養価が見直されています。福井県産の六条大麦は、その多くが麦ごはんとして食されています。



六条大麦

〔産地〕県内全域
〔旬の時期〕
5月下旬～6月上旬

優れた栄養を持つ大注目目の六条大麦。
福井県は生産量全国ナンバー1です。

優れた栄養価を持つとして、近年注目を集めている大麦。大麦はイネ科の植物で皮麦にはビールや焼酎の原料となる「二条大麦」と麦茶や押麦(麦ご飯使用)の原料となる「六条大麦」があります。六条大麦は二条大麦に比べ粒が小さく、別名「小粒大麦」とも呼ばれます。古くから日本人の食料として栽培され、明治初期まではそのほとんどが六条大麦でした。そんな馴染み深い六条大麦の生産量日本一を誇るのが福井県です。

福井県では昭和50年代から六条大麦の産地化を進め、「ファイバースノウ」という銘柄が栽培されています。これは外観がやや大粒で、粒の張りが良いのが特長。精麦後の色が雪のように白いことから名付けられたとも言われています。主食用としてご飯に混ぜて食する押麦等に使われる割合が高く、品質・生産量ともに全国でも優位な評価を得ています。

10月に播種し、翌年の5月下旬から6月上旬に収穫されますが、大麦は排水性の悪い環境では生育が抑制されるため、播種前に圃場に溝を作り、水はけをよくします。

近年は暖冬傾向で冬でも生育が進むことから、春先の施肥管理を徹底。ひと冬越し、雪に覆われれば虫も付かず、強くて美味しい力を蓄えることになるのです。

気象変動にも対応した高品質な大麦を安定供給できるように取り組んでいくという生産者の思いや努力で、福井県産大麦は県内を越えて全国へ発信されていくのです。

炊き上がりは白いごはん!

北陸の農家との共同開発により商品化した新品種「ファイバースノウ」。雪のように白く、大麦のコシヒカリとも言われています。『粥はくばく』独自の技術と融合することで黒状線がなく、お米に混ぜても気にならない「白くて食べやすい麦ごはん」が誕生しました。



純麦

インターネットでの購入も可能

<http://www.hakubaku.co.jp>

オリーブ



地域観光の柱

三里浜オリーブ

〔産地〕福井市三方町・石新保町・石橋町
〔収穫の時期〕9月下旬～11月上旬

福井市の北西部、日本海に面した沿岸部にある「三里浜」というなだらかな砂丘地では水はけの良さを生かし、オリーブが栽培されています。地元生産団体が管理するオリーブ農園「三里浜オリーブカルメリーナ」では、オリーブの特産化に向けて、砂丘地に適した栽培管理と、塩漬けやエキストラバージンオイルを販売しており、今後は新たな商品化に加え体験農園といった観光地化も目指しています。



エキストラバージン
オイル

OLIVEJAPAN2023国際
オリーブオイルコンテストで
金賞を受賞しました。



オリーブ
ドレッシング

福井県立大学生が考案。
三里浜三年子らっきょうや
ミディマト、オリーブの
コラレーションドレッシング
です。



オリーブリーフ
パウダー

オリーブの葉を粉砕したもので料理や調味料として利用できます。

オリーブの茶飴

オリーブの葉を使用。甘さの中にある程よい苦みが癖になります。



ブレンドオリーブ
オイル「水仙」

厳選したスペイン産オリーブオイルを主原料とし、三里浜オリーブオイルをブレンドしたオリジナルのオリーブオイルです。

比較的温暖な気候で過ごしやすく、梨やカキ、クリなどの果実栽培に適した坂井市とあわら市にまたがる丘陵地で栽培されています。早生種の中でも特に収穫時期が早く、毎年真っ先に出回る梨です。梨好きが好む品種で口ざわりが良く、あっさりとした甘みが増長です。残暑厳しい季節に収穫期を迎えるため、水分の豊富さが大人気。少し冷やして食べるのがお勧めです。

幸水

一番初めに収穫されます



梨

赤梨系の中生種で8月下旬頃から回り始めます。幸水に次ぐ生産量を誇り、少し大きめに成長します。表皮は全体に黄金色に色付き、全体に均一に果点コルクがあるのが特長です。果汁が多くジュシーで糖度が高いのですが、酸味も伴い、バランスのとれた濃厚な味わいです。外側の皮の部分にがさががなく、つるんとしている梨を選ぶのが良いでしょう。

豊水

少し大きいサイズ



福井県内で秋のフルーツの王様と言え、越前柿が人気です。「平種無（ひらたねなし）」「刀根早生」という品種で種が無く四角い形をしています。渋抜きは時間をかけて炭酸ガスで行われ、コリコリとした食感が楽しめます。1本の木に200〜300個の実を付け、10月から収穫されます。甘みが強く、種がないので、美味しく食べやすいのが特長です。

越前柿

じっくり時間をかけて渋抜き



柿



加工品

つるし柿



約400年以上の歴史を持つ南越前町今庄の特産品です。「長良（ながら）」の渋柿の皮をむき、いろいろの上で縄で吊し、薪を焚きながら丁寧に乾燥。表面の白い粉は美味しい証です。

加工品

あんぽ柿

干し柿の一手前

で、半生状態の商品のことを言います。越前柿の産地であるあわら市では渋柿を一個一個丹念に干した手作りのあんぽ柿が製造されています。

プリンスメロン



昭和37年に皇太子ご成婚にちなんで命名。香り高く、糖度は15〜17度あります。

パールメロン



糖度が高く、肉厚で食べ応えがあります。贈答用として人気が高い隠れた逸品です。

マリアージュ



オレンジ色の果肉、ジュシーな赤肉メロンです。秋まで収穫される珍しい品です。

福井で最も多く作られている品種です。独特の甘い香りと美しいネット模様が特長で、贈答用とされる最高級品。気候や土壌に影響されやすく、高度な栽培技術が必要で、網目の張りが均一に力強く浮き出ているものが美しいとされます。福井県内一のメロンの産地、坂井北部丘陵地や三里浜砂丘地の他、いろいろな場所でも作られ、それぞれの味わいの違いも楽しみです。



幅広い人気を持つ アンデス メロン

細かいネットが密に入り高級感があり、果肉が緑色で甘みが強いのが特長です。果実が実った形の良いものを2果を残し、他のものは摘果します。

【産地】あわら市
【旬の時期】6月下旬〜7月中旬

アールスメロン

人気の高い最高級品



メロン

多地域で栽培しています

マルセイユメロン

【産地】坂井市、あわら市、鯖江市
【旬の時期】6月〜7月中旬

灰緑色の中のきれいなストライプ。追熟が早く、収穫後すぐに食べ頃となります。肉質は粘質で、香りが良く、赤肉です。



福井県北部の丘陵地で栽培されているスイカのことを言います。主に露地では「味きらら」、ハウスでは「祭ばやしRG」という品種などが作られています。め、大きく、そして美味しく育ちます。果肉のシャリ感も良く、糖度が高いのが特長。何とも言えない甘さが魅力で、県内はもちろん、関西や中京市場にも広く出荷しています。

福井スイカ

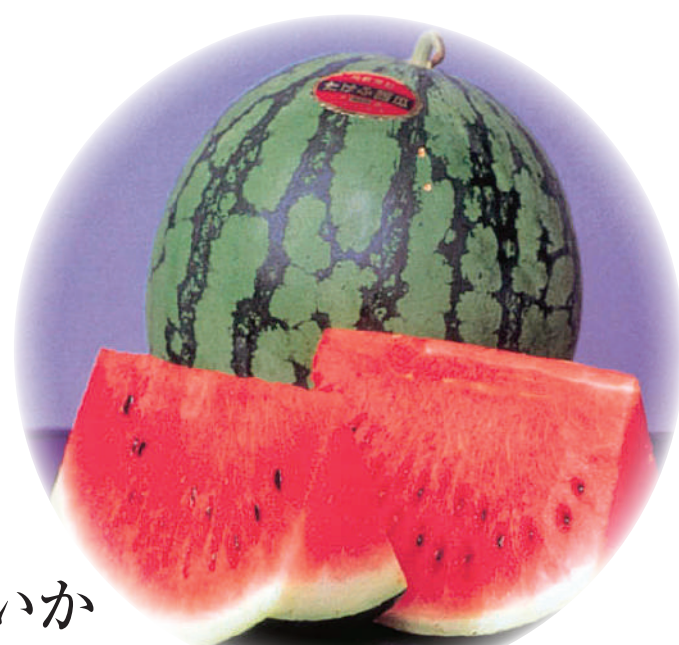
風土に合う品種



福井市生まれ きんぶく 金福すいか

【産地】福井市
【旬の時期】6月中旬〜7月下旬

福井市園芸センターが開発したオリジナル品種で、福井市内でのみ栽培されている希少なスイカです。黄金色の皮に真っ赤な果肉が目にも鮮やか。糖度が13度前後で、皮際まで甘く、種が極めて少ないため、まるかぶりでも美味しさを堪能できます。味よし見た目よしで県内外の多くの方に夏の贈り物として重宝されています。



スイカ



県内外で好評 しらやまスイカ

【産地】越前市
【旬の時期】7月下旬〜8月中旬

昭和50年から越前市白山地区で栽培が始まりました。特有の赤土で丹念に作られています。主に関西方面に出荷され、全国有数のスイカの産地の中でも人気があります。

くずりゅう 九頭竜まいたけ

幻の存在から真の王様に。
大野市特産の舞茸は、味も食感も最上級。

きのこの王様と言われる舞茸は、標高1000m余りの深山に自生する幻のきのこで、運良く発見できれば舞うほどに喜んだことから、その名が付けられたとも言われています。

その美味しさを特産品として広めようと、昭和63年頃から人工栽培が始められ、平成27年10月に「昇竜まいたけ」から「九頭竜まいたけ」へと名称が変更されました。九頭竜まいたけは、香りや実の厚さ、菌ごたえなどのすべてが最上級で、どんな調理法でも主役を引き立てつつ、存在感は絶大。特に汁物に

入れると、舞茸の高い栄養価がすべて吸収できます。また、近年の健康志向もあり、注目されている食材でもあります。

舞茸の栽培では周りの環境が大きく影響します。九頭竜まいたけの生産施設は県境の山間部に位置し、空気も水も澄んでおり、品質に良い影響を与えています。

王様という名に相応しい重量感、独特の香りと菌ごたえ。先人達が舞って喜んだ舞茸は地元の人々のためまぬ努力によって、その美味しさを保ち続けているのです。



発生庫内にはずらりと舞茸が並び、収穫はすべて手作業で行われます。毎年の目標生産量は約150t、1日の生産量とすると約600kg(1株 約500g)です。



舞茸は、ナラの原生林にごくまれに自生する黒舞茸のことを言います。きのこ類の中でも、特に食物繊維やビタミンDが多く含まれます。(五訂 日本食品成分表より)



もっと詳しい
情報はコチラ
美食福井
FUKUI GASTRONOMY

原木しいたけ 菌床しいたけ

もっと詳しい
情報はコチラ
美食福井
FUKUI GASTRONOMY



しいたけが育ちやすい「木漏れ日が差し込む林」を作りあげて栽培される原木しいたけ。



菌床からは毎日美味しいしいたけが出てくるため、年中無休で生産に取り組んでいます。

福井ブランド「香福茸」



福井県内で栽培された原木しいたけで、主な規格は、傘の大きさが8cm以上、肉厚が3cm以上、傘の巻き込みが1cm以上。その他、美しい形や水分の含み具合などの基準があります。



山の香・味がつまった原木しいたけと
良質な環境で育つ、秀逸の菌床しいたけ。

自然の風土を生かして栽培される原木しいたけ。山から切り出したコナラなどの広葉樹にしいたけの菌を打ち込み、収穫まで約2年。その間、地域で受け継がれてきた技術や製法を守り続ける匠たちが、伐採や搬出、木漏れ日が差し込む林の草刈りなどの作業を経てこだわりの味を生み出します。福井のきれいな水と澄んだ空気、広葉樹に含まれる栄養だけで育つ原木しいたけは、山の香りがたち、味の濃さも格別です。

を発生させる方法で作られます。栽培室をちようど春と秋の山の状態に似た温度・湿度にて管理します。天候に左右されることなく、温度や湿度、光を保って栽培するので味も良く、形状もそろった商品を安定して生産できます。ただ、少しでも手を抜くと品質が下がってしまいますので、常に管理が必要となります。

豊かな自然に囲まれる福井県のきれいな空気と水で栽培される良質のしいたけは、肉厚でぷりっとした食感が特徴です。

原木しいたけ「産地」坂井市、福井市、大野市、鯖江市、越前町、若狭町

「旬の時期」11月～3月

菌床しいたけ「産地」福井市、大野市、鯖江市、越前市、敦賀市、おおい町

「旬の時期」通年

加工品



九頭竜まいたけを100%使用した佃煮は、ほんのりとした甘い味とシャキシャキの菌ごたえが特長。温かいご飯にぴったりで、食欲がそわれます。



お問い合わせ：株式会社 昇竜 ☎0779-78-2255



2度目の植え替え作業、伏せ替えは主に手作業で行います。9～10月中旬頃に播種、翌年3月頃に苗になったものを5～6本ずつまとめて植え替え（1度目の伏せ替え）。さらに8月中旬頃に1本ずつ斜めに植え替え（2度目の伏せ替え）、11月頃から収穫が始まります。

※「味の箱舟」とはイタリアのスローフード協会による伝統的な食品や食材を守るためのプロジェクトです。



食の世界遺産と呼ばれる「味の箱舟」にも認定。根の部分が釣針状にキュッと曲がり、独特の甘みを感じられるのが特長。明治初期には栽培され、販売もされていたと言われています。

谷田部ねぎは播種から収穫の間に2度、別の畑に植え替え伏せ替えをします。しかも2度目はネギを斜めにし、深めに植えます。そうすることで、土に入っている根部分が大きくなろうと努力し、釣針状にも曲がるのです。世界で認められた味は、ネギの本来の美味しさを発見させてくれます。

曲がった根元が目印、若狭の福井百歳やさしい。

谷田部ねぎ

福井百歳やさしい

「産地」小浜市
「旬の時期」12～1月



栽培は、冬の期間の水田を有効に使用すると、江戸時代頃から始まったと言われています。奇祭として知られる「勝山左義長まつり」（2月下旬頃）に出荷するため、1月頃には雪を融かしビニールトンネルをかけて早出しをします。寒さに強く、害虫などの被害はほとんどないため、寒い季節の数少ない野菜として重宝されています。

甘さの中にもほろ苦さがある特有の味わいは、茎の部分に詰まっております「勝山水菜は、とうろを味わうんです」とは地元の人言葉。火を通すと太い茎が驚くほど柔らかくなるので、おひたしや味噌汁、鍋物などで食すのがおすすめです。

雪国に春の訪れを告げる独特なとうろの味。

勝山水菜

福井百歳やさしい

「産地」勝山市
「旬の時期」2～4月



水田の裏作として、稲刈りが終わった9月頃に種を蒔き、11月頃ともなれば、勝山水菜を栽培している地区は、一面が緑色になります。勝山水菜は、食物繊維が豊富で、抗酸化物質をバランスよく含み、各物質の総合効果が期待できる食材としても注目を集めています。



福井百歳やさしい



吉川ナス

「産地」鯖江市
「旬の時期」6～11月

吉川ナスは「鯖江市伝統野菜等栽培研究会」に所属する農家のみが生産し、種取りから土作り、苗作りなどを共同で行い、全会員が同じ方法で栽培し、同じ品質のナスが出荷できるように努めています。また、収穫されたナスは、厳しい出荷規格に基づき、形・重さ・色等一つひとつ検査を受けて出荷されています。



一流レストランのシェフも注目、よみがえり、受け継がれる伝統野菜。

京都の「賀茂ナス」とは類縁関係にあるとも言われている吉川ナスは、1000年以上の歴史があると言われている食材です。昭和初期には関西方面に続々と出荷されるほど盛んに栽培されていましたが、一方で品種改良がされていなかったため、栽培農家は1軒にまで衰退してしまっています。ついに生産が途絶えかけたとき、地元の農家有志が立ち上がり、平成21年12月に農家10人で「鯖江市伝統野菜等栽培研究会」を結成。たった一人の吉川ナスを守り亡くなった最後の

農家から種を受け継ぎました。試行錯誤の末、吉川ナスは令和6年時点で、年間約5万個の出荷ができるようになっていました。

吉川ナスといえばソフトボールほどの大きさと、重さは300gほどもあるのが特徴。よく締まった緻密な肉質で煮崩れしにくく、油との相性が良く、火を通すと甘みが増し、とろけるような味わいが絶品です。今ではその味と品質の良さが東京の一流レストランなどに評価されています。また、「地理的表示（GI）保護制度」に登録され、ますます注目されています。

美味しい食べ方



吉川ナスを厚切りにし、多めの油を熱したフライパンにのせて蒸し焼きにすると、締まった果肉に油がしみ込み、口の中で甘くとろけるような味わいとなり絶品。

こちらもおススメ

収穫シーズンには、地元にある道の駅「西山公園」で吉川ナスを使った「吉川ナスバーガー」が販売されている。分厚い輪切りのナスが存在感を放ち、ジューシーな味わいが人気です。



赤

鮮やかな紅色 ニンジン

坂井北部丘陵地、三里浜砂丘地で初夏と秋の2回収穫されます。βカロテンは皮の近くに多く含まれているので、皮をできるだけ薄くむくか、よく洗って皮ごと調理するのがお勧めです。



【旬】10～2月

赤

サラダのヒロイン きょうろふく

福井市園芸センターでニンジンの消費拡大と市民の健康増進を図るために、60種以上の交配と選抜を行い完成したオレンジ色と黄色のニンジン。甘くニンジン特有の香りが少ない。



【旬】11～2月

赤

トロピカルな香り イチジク

福井梅に次ぐ、嶺南地域の特産品です。葉の数だけ果実が成り、不老長寿の果物と言われています。ビタミン類を多く含み、独特の食感が味わえます。加工品もあります。



【旬】8～11月

赤

酸味と甘みが絶妙 トマト

福井市と越前市、小浜市で主に生産されています。生でも加熱しても美味しく味わえ、サラダや煮込み料理などさまざまな料理に使用できます。



【旬】5～8月

赤

旧桑村で育つ国産品 なつめ

古来より中国や韓国では漢方として用いられてきたなつめ。全国でも珍しい国産のなつめです。乾燥してエキスやお茶、お菓子などに加工しています。



【旬】6～8月

ふくい

野菜図鑑

※掲載している旬の時期はあくまでも目安です。

赤

郷土料理「すこ」で有名 赤ずいき

里芋（ハツ頭）の葉柄のことを言います。昔から伝わる酢漬「すこ」は、福井県の郷土料理として有名で、女性に人気です。



【旬】8月～

赤

やわらかくて食べやすい 赤ほうれん草

えぐみがほとんどなく、生で美味しく食べることができます。ゆがくと流出してしまうビタミンCをそのまま逃しません。特にサラダがお勧めです。



【旬】通年

カタウリ

●産地／福井県全域

福井県全域で栽培されている漬物用ウリ。果肉がかたく、カリッとした歯ごたえが特長。奈良漬や味噌漬けなどに向いています。



【旬】6～7月

カワズウリ

●産地／福井県全域

模様がカエルの背中に似ていることから、名前が付いたとされています。主に漬物用として利用されており、食感も美味しいです。



【旬】6～7月

くろこ 黒河マナ

●産地／敦賀市

ビタミンAを多く含み、独特の風味があります。黒河川上流の山地区で栽培され、そこに住むほぼ全戸が家庭菜園で育て守り続けています。



【旬】3～4月

な 菜おけ

●産地／福井市

名前は「桶」にいてて売り歩いてたことに由来します。花が咲く直前のとう立ちしたものを摘み取り、塩漬けします。



【旬】3～4月

いたがき 板垣だいこん

●産地／福井市

全国的にも珍しい細根大根。辛味と甘みがあり、水分が少ない。パリッとした食感が楽しめます。一夜漬けやスルメ大根でどうぞ。



【旬】10～11月

まる くぼ丸なす

●産地／美浜町



美浜町金山のくぼ地区に昔から伝わるナスです。テニスボールサイズの丸ナスで、地元で伝わる特別な味噌漬けに利用されています。

【旬】7～9月

みょうきん 妙金なす

●産地／勝山市



勝山市妙金島の土で育つ良質のナスです。やや小さめの卵形で、皮が固く肉質が締まっています。煮崩れしにくいのが特長です。

【旬】7～9月

しんほ 新保ナス

●産地／福井市



紫皮が薄く、アクと種が少ないのが特長です。果肉の締まりが抜群で、柔らかいので田楽や煮物などに向いています。

【旬】7～10月

あかり 明里ネギ

●産地／福井市

足羽川沿いの地域、明里地区で栽培。葉ネギと根ネギの中間型で、軟白部はとろみと甘みがあります。伝統料理めたに最適です。



【旬】9～12月

えちぜんしらくき 越前白茎ごぼう

●産地／坂井市

根も葉も食べられる珍しいゴボウです。主に白く長い茎を食べますが、食感も良く、クセがない味わいが特長です。



【旬】4～5月

あらし 嵐かぶら

●産地／大野市

焼畑農法を採用し栽培。表面は艶のある赤紫色で果肉は白色。柔らかく甘みがあり、辛み、苦みともに少ないため、生食に適しています。



【旬】10～11月

やまうち 山内かぶら

●産地／若狭町

毎年11月に行われる仏事の食材として伝えられてきました。ひげ根が多く、ゴツゴツした野性的なカブは煮崩れしません。



【旬】10～11月

こたかり 古田苣かぶら

●産地／敦賀市

大正時代には栽培されていました。柔らかく甘みがあり、辛みや苦みがほのかに感じられ、サラダや漬物などに向いています。



【旬】10～11月

すぎはし 杉箸アカカンバ

●産地／敦賀市

表皮は深紅色ですが、実は白色で赤い斑点があります。歯ごたえが良く肉質も硬く、水分が多め。特性を活かした調理に向いています。



【旬】10～12月

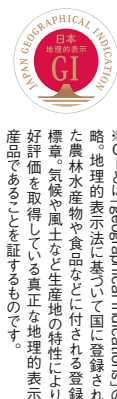
きだ 木田ちそ (チリメンジソ)

●産地／福井市

梅干し作りに欠かせません。木田地区で栽培され、葉は縮れて濃い赤紫色をしています。やや晩成で暑さにも強く、カリウムや鉄などのミネラル、ビタミンAが豊富です。



【旬】6～7月



※GIとは「Geographical Indications」の略。地理的表示（基づく）に基づいて生産された農林水産物や食品などに付される登録標章。気候や風土など生産地の特性により好評価を取得している真正な地理的表示産品であることを証するものです。

こうちあか 河内赤かぶら

●産地／福井市

850年以上前、平家の落人が純粋種の赤かぶらの種と栽培技術を伝授したと言われています。急斜面での伝統的な焼畑栽培が特長です。



【旬】10～11月

あなま 穴馬かぶら

●産地／大野市

古くから越冬野菜として自家用に栽培されていました。上部は赤紫色、下部は白色とくっきり分かれているのが大きな特長です。



【旬】10～11月

福井

百歳やさしい

福井百歳やさしいとは、

- 一、生産者自らが種を取り、栽培している
- 一、100年以上前から栽培されている
- 一、地域に根差した作物である

紫

収穫体験が人気 ブルーベリー

ハイブッシュ系、ラビットアイ系を中心に福井市、あわら市、越前市の収穫体験施設で栽培されています。各施設では種々の品種を組み合わせ、約2ヵ月間収穫体験が楽しめます。



【旬】6～8月

白

永平寺町の特産 ギンナン

永平寺町特産の「越前ぎんなん」は、まるでエメラルドのような鮮やかな緑とほんのりとした甘みが特長です。秋の味覚の代表として、焼き物や茶碗蒸しなど、いろんな料理に活躍します。



【旬】9～12月

白

葉を付けたまま出荷 コカブ

福井市三里浜地区の砂地で栽培されています。玉はもちろん、葉もやわらかいので丸ごと美味しく食べられます。見れば美肌、切ればみずみずしい味わいです。



【旬】10～5月

白

おろしそばの名脇役 辛味大根

健康長寿・福井を代表する「越前おろしそば」に欠かせない大根おろしは、辛味大根が人気です。鼻に抜けるほどの“ツン”とした刺激が後を引く健康食材です。



【旬】10～12月

白

繊細な美人大根 大根

坂井市三国町の砂地で作られる大根は、繊細な味ときめ細やかな食感を持っています。透き通るほど美しく白い。福井市、あわら市などで広く作られています。



【旬】5～6月、10～12月

緑

茎もやわらか ブロッコリー

鯖江市を中心に生産されており、「さばえさんどり」のブランド名で販売されています。茎の部分にも栄養があるため、すべて食べることをお勧めします。



【旬】6～7月、10～12月

緑

甘みが強い キャベツ

外側の葉が緑色で、切り口がきれいなものが新鮮です。球の巻きが堅く、大きさのわりにずっしりと重いものがお勧めです。雪国・福井ならではの雪下キャベツは甘みが強く絶品です。



【旬】5～7月、10～12月

緑

安全で安心 レタス

植物工場で農業を使わず、安全・安心な環境を整えて栽培しています。葉は柔らかく、シャキッとした歯ざわりとえぐ味が少ないのが特長です。安定した生産ができることも利点です。



【旬】通年

緑

種類が豊富 カボチャ

県内では主に福井市、坂井北部丘陵地、越前町で生産されています。大玉の黒皮カボチャの他、ミニサイズの坊ちゃんなどいろいろな種類のカボチャが栽培されています。



【旬】6～7月

紫

柔らかくツヤよし ナス

県内では主に大野市、越前市、小浜市で生産され、長ナスの一種「千両なす」が栽培されています。皮、果肉ともほどよく柔らかく、煮物、焼き物、揚げ物などさまざまな料理に使えます。



【旬】6～10月

緑

万能野菜 青ねぎ

万能ねぎよりやや太いのが特長。風味が豊かで辛みは少なく、薬味のほか、サラダやあえ物にもよく合います。若狭では「若狭幸福（しあわせ）ねぎ」のブランド名で販売しています。



【旬】4～2月

緑

栄養価が高い西洋野菜 カーボロネロ

福井市で新しい品目として栽培普及を進めています。約25cmの若葉を収穫するので生のままサラダとして食べることもできます。炒めたり、素揚げする他、煮込むと甘みが増します。



【旬】11～3月

緑

中華の高級食材 マコモダケ

イネ科の多年草マコモからとれる食材です。『越前まこも会』が越前町・宮崎地区などで栽培。中華料理では高級食材として扱われています。炒め物や天ぷらで食するのがお勧めです。



【旬】9～10月

緑

ふっくら太め アスパラガス

早春の訪れを感じさせてくれる野菜です。ギュッと締まった穂先には、アスパラギン酸がたっぷり。鮮度が落ちやすいため、甘さが違う採れたての新鮮な地物をお勧めします。



【旬】6～9月

緑

粒がプリプリ 枝豆

県内では主に美浜町、鯖江市で生産されています。サヤの中の豆が茶色や黒色の薄皮を被っている、茶エダマメ、黒エダマメなどは強い甘みと独特の風味が特長です。



【旬】7～8月

緑

シャキシャキ万能野菜 水菜

越前野菜の一つ。福井市の東安居地区が主な産地です。シャキシャキ食感が、様々な料理に合うと人気。冬期は蒔種後約60日、夏期はその約半分で収穫となります。



【旬】通年

緑

甘くてみずみずしい ほうれん草

福井県産ほうれん草のほとんどが作られている福井市東安居地区。こらの生産者全員が福井県認定のエコファーマーです。有機肥料で作られ、色艶が鮮やかです。



【旬】通年

緑

クセがなく栄養満点 小松菜

本来は冬場に収穫されることから冬菜とも呼ばれていました。東安居地区で越前野菜の一つとしてハウス栽培されています。今では一年を通じて出荷されています。



【旬】通年

緑

クセになる苦み 春菊

豊かな大地と名水に恵まれた「越山若水」の地、福井県。食材の宝庫で育つアクの少ない新鮮野菜の一つです。鍋以外の料理にも使える春菊は年中収穫されます。



【旬】通年

緑

ほろ苦い春の美味 山菜

都会では手に入らない天然の山菜が自然豊かな福井では獲れます。フラビやゼンマイ、タラノメなど多くの種類があり、天ぷらや煮物、おひたしなどさまざまな料理に使用できます。



【旬】3～6月

緑

ぬめりと香りが特長 ツルムラサキ

厚みのある葉としっかりした茎、独特の香りが特長です。さっと茹でておひたしにしたり、炒めるなど、加熱して食べるのがお勧めです。



【旬】7～10月

緑

大きくて苦甘い ピーマン

主に越前町で生産されているのは「ニュービー」というブランド名のピーマンです。果皮が柔らかく苦味が少ないのが特長で、人気の野菜の一つです。



【旬】7～11月

緑

レストランも愛用 ベビーリーフ

幼葉（新葉）だけを摘み取ります。栄養価も高く、バラエティにとんだ味わいが人気です。ルッコラやミズナなど、甘みと苦みの絶妙なバランスが楽しめます。



【旬】通年

緑

初夏を感じる一品 一寸ソラマメ

一粒が約3cmもあります。5月下旬～6月中旬に出荷され、夏の訪れを感じる野菜として関西を中心に人気です。福井県では若狭地方やあわら市などで作られています。



【旬】5～6月

緑

未熟な実を食べます ズッキーニ

見た目はきゅうりに似ていますが、かぼちゃの一種で、未熟な実を食べます。歯ごたえ、味はナスに似ており、色は緑と黄色があります。



【旬】6～9月

オレンジ

自生する在来種 ビワ

おおい町大島半島には、古く中国から対馬暖流に乗り渡ってきた在来種が、今もなお自生しています。爽やかな甘みと酸味のバランスが絶妙です。



【旬】6月

オレンジ

海沿いで栽培 東浦みかん

海沿いの敦賀市東浦地区では江戸後期から栽培が始まり、「東浦みかん」として親しまれています。雄大な日本海をバックに、甘くて美味しい観光みかん狩りが楽しめます。

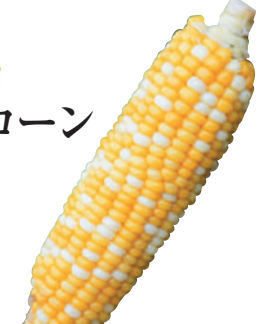


【旬】11月

黄

自然の甘みが凝縮 スイートコーン

大野市（和泉地区）「穴馬スイートコーン」は甘くて実が詰まっています。永平寺町産「ピクニックコーン」はフルーツ並みの甘さ（糖度18度以上）が自慢です。



【旬】6～8月

黄

漢方薬として重宝 食用菊

健康に良いとされる食用菊。越前市にある「万葉菊花園」では、食用菊を使ったソフトクリームやクッキー、少し変わった漬物まであり、お土産として喜ばれています。



【旬】9～11月

緑

人気の葉野菜 つまみ菜

ダイコンの若苗を子葉から本葉の出始めに刈り取ったものです。みずみずしさときれいな緑が特長です。福井ではおひたし、お味噌汁の他、油あげとの煮びたしが定番です。



【旬】通年

ふくい農産物カレンダー

最盛期 シーズン 加工品

品 目		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
野 菜 類	小松菜												
	ほうれん草												
	水菜												
	勝山水菜												
	つまみ菜												
	キャベツ												
	ブロッコリー												
	白ねぎ												
	青ねぎ												
	谷田部ねぎ												
	キュウリ												
	トマト												
	越のルビー												
	ナス												
	スイートコーン												
	アスパラガス												
果 樹 類	一寸ソラマメ												
	枝豆												
	大根												
	ニンジン												
	コカブ												
	とみつ金時												
	上庄さといも・越前さといも												
	ショウガ												
	ニンニク												
	花らっきよ												
	自然薯												
	タマネギ												
	カボチャ												
	福井スイカ												
	しらやまスイカ												
	マルセイユメロン												
穀 類	アンデスメロン												
	アールスメロン												
	イチゴ												
	福井梅												
	梨												
	柿												
	ブドウ												
	イチジク												
	ミカン												
	ブルーベリー												
林 産 物	ギンナン												
	オリーブ												
	そば												
	六条大麦												
	タケノコ												
林 産 物	九頭竜まいたけ												
	シイタケ												
	越前カンタケ												

茶

市場でも好評

ヒラタケ

全体的に丸みがあり、色が黒いものが良質な証。自然環境を重視した栽培方法で作られたヒラタケは味や香り、栄養のすべてが理想的に備わっており、市場でも高い評価をうけています。



【旬】通年

茶

幻のきのこ

越前カンタケ

寒い冬にしか採れない独自のブランド品は、肉厚香り高いのが特長です。かつては“幻のきのこ”と言われていましたが、ハウス栽培により一般家庭にも流通しています。



【旬】12～2月

茶

天日干した国産100%

杜仲茶

高浜町にある若狭富士「青葉山」麓、急激な高低差と季節の潮風が特長の場所で栽培。香り高く驚くほど後味のすっきりとした飲みやすい健康茶です。



【旬】通年

黒

抜群の火力と火持ち

木炭

福井県の里山に自生するカンヤナラ、クスギなどの広葉樹を原料に職人による完全手作業で生産されています。火力の強さと火持ちの良さが特徴です。



白

大きな粒が特長

大豆

近年導入した「里のほほえみ」の生産量が増えています。大粒で、豆腐や油揚げなどの加工適性にも優れた品種であり、安定的な出荷にもつながっています。



【旬】10～11月

白

清涼感ある辛味

ショウガ

福井市を中心に、年々生産量が増えています。爽やかな香りと清涼感ある辛味が特長で、美味や浅漬けに最適です。ジンジャーエール、アイス、しょうが醤油などの加工品も好評です。



【旬】10～11月

白

とても柔らかい

タケノコ

越前町宮崎地区で赤土の土壌と徹底された竹林の管理により栽培されています。タケノコの頭が約1センチ出した頃に収穫するため、非常に柔らかく、アクが少ないのが特長です。



【旬】4～5月

茶

滋養強壮効果

自然薯

日本原産の山芋で、細長く曲がりながら育ちます。福井県内では主におおい町などで栽培。非常に粘りが強く、古くから滋養強壮に良いと言われています。



【旬】11～2月

茶

かさが大きい

ナメコ

天然に近い状態の環境の中で人口栽培されている為、かさが大きく、軸が太いのが特長。歯切れがよく、食べ応えもあり、食感もしっかりしています。



【旬】通年

白

生で食べても甘い

タマネギ

主に永平寺町、坂井市、あわら市で生産されています。永平寺町産の「五領たまねぎ」は非常に甘く、生でも食べられるタマネギです。乾燥ものも含めて10月頃まで出荷が続きます。



【旬】6～10月

白

滋養強壮に効果あり

ニンニク

曹洞宗大本山永平寺の麓、永平寺町（上志比地区）の特産にニンニクがあります。低農薬で栽培されたニンニクを使った加工品も数多く、ニンキーというキャラクターも有名です。



【旬】6～7月

白

日本三大くずの一つ

熊川くず

近畿の一級水系で一番きれいな川に選ばれた旧上中町熊川を流れる北川で育まれた日本三大くずの一つ。自生した10年以上のくずの根を掘り起こして寒ざらしする製法で生産しています。



【旬】通年

白

美しく白い様相

白ねぎ

県内全域で広く作られています。軟白と呼ばれる白い部分が長く太いのが特長で、食感が柔らかく甘みが強い。遠く通るように美しい姿をしています。



【旬】7～1月

白

福井生まれ、福井育ち

小麦

永平寺町、福井市を中心に、福井県立大学で開発された「福井県大3号（ふくこむぎ）」が生産されています。梅雨に入る前に収穫ができ、安定した品質と収量が見込めます。



【旬】5～6月