香川県に、おいでまい。

「おいでまい」とは讃岐弁で「いらっしゃいませ」という意味です。
小誌24ページには、その名前を持つ香川県のオリジナル米をご紹介しています。
おいでまいなど、香川県産品はすべて、香川の風土が生んだ賜物。
一人でも多くの方に香川県にお越しいただき、
香川を肌で直に感じていただきたいと思います。

全国MAP



近郊MAP



JR…JR 高松駅
山陽新幹線で岡山駅下車。
瀬戸大橋線「マリンライナー」に乗り換えて終点の高松駅下車。
岡山から高松まで、およそ 60 分。

クルマ
瀬戸中央自動車道、または明石大橋経由で鳴門大橋を渡り、高松自動車道へ。
香川県中心部へは、「高松中央インター」で下りる。
大阪からおよそ 3 時間。
広島からおよそ 2 時間 30 分。

香川県産品総合カタログ 新・讃岐ふう〜ど記

発行　一般財団法人かがわ県産品振興機構
〒760-8570 香川県高松市番町 4-1-10　TEL.087.832.3375　FAX.087.806.0237
うどん県の県産品ポータルサイト LOVEさぬきさん　https://www.kensanpin.org/

かがやくけん、かがわけん。
香川県
2019年3月25日発行

※著作者及び発行者の許可なく転載・複製することを禁じます。

新・讃岐ふう〜ど記

香川の風土は、プロも唸るフードを生んだ。

うどん県、それだけじゃない。
香川県産品

うどん県、それだけじゃない香川県

豊かな県産品を育む、香川の風土。



地勢・気候・風土

香川県は、四国の北東部に位置し、
お椀を伏せた形の県土の南には緑豊かな讃岐山脈が連なり、
北には讃岐平野が広がる日本で一番小さな県です。
「世界の宝石」と称えられる瀬戸内海に面し、
おむすび型の山々や満濃池をはじめ多くのため池が点在する、
心安らぐ美しい田園風景が広がっています。
日照時間が長く、一年を通して温暖な瀬戸内海式気候が広がり、
県花・県木のオリーブや県魚のハマチ、名物の讃岐うどんなど、
穏やかな気候風土に育まれた優れた産品がたくさんあります。

歴史・伝統・文化

現在の香川県は、明治21年12月に成立しましたが、
県都・高松は16世紀末に生駒親正公が高松城を築き、
松平頼重公の時代に現代に至る礎が整ったとされています。
香川県には、日本を代表する回遊式大名庭園で
ミシュランの三つ星庭園でもある栗林公園、源平の合戦の舞台となった屋島、
海の神様「こんぴらさん」として今なお篤い信仰を集める金比羅宮や
弘法大師空海生誕の地といわれる総本山善通寺など、
歴史やロマンを秘めた名所旧跡も数多くあります。
祭りや伝統芸能では、勇猛果敢なちょうさ祭りや、
おどけたユーモラスな踊りが特徴のひょうげ祭り、
慈雨を求める念仏踊りや・雨乞い踊りなどは
県内各地で受け継がれています。

瀬戸内海・多島美

岡山県との県境までを見渡すと、
香川県の約半分は瀬戸内海が占めることに気付かされます。
昭和９年に我国で初めて国立公園に指定されたこの海域には、
オリーブと「二十四の瞳」で有名な小豆島をはじめ、
塩飽諸島など大小多数の島々が点在し、
きめ細やかな人情と豊かな自然に恵まれた暮らしがあります。

せとうちアート

讃岐は、「讃芸」と記されたこともある、盆踊りにも歌われる「芸どころ」。
昔からアートを讃えてきた土地柄です。
島・街・里の歴史や美しい風景に、現代アートが融合し、
香川ならではの「せとうちアート」を創り出しています。
イサム・ノグチや猪熊弦一郎、東山魁夷など
世界的なアーティストの名を冠した美術館や、
「地中美術館」や「豊島美術館」などの特徴のある美術館、
丹下健三や流政之など著名な建築家や彫刻家の手による
建築物やパブリックアートなどが県内に点在し、
「アートの聖地」として注目されています。
このような状況を背景に、
２０１０年からトリエンナーレ形式で
「瀬戸内国際芸術祭」が開催され、
アートを通じた地域活性の確かな兆しが、
瀬戸内の島々に見られています。

新・讃岐ふうど記



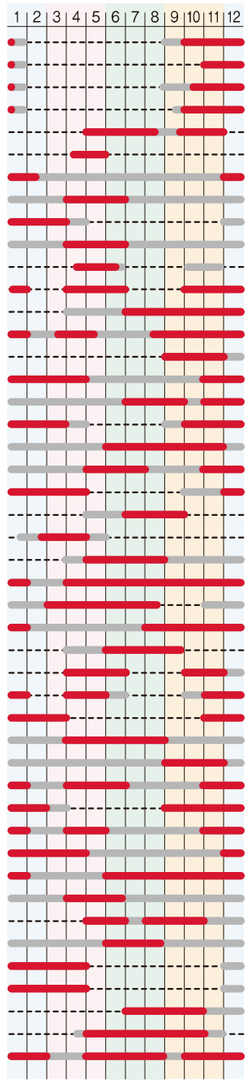
付録・・・かがわ県産品コンクール入賞商品 59
旬カレンダー早見表 57
郷土料理 53
工芸品・民芸品 49
花き 47
調味料 45
麺類 43
オリーブ製品 34
水産加工品 29
水産品 25
畜産品 23
農産加工品 15
穀物 5
果物 1
野菜 概要

旬カレンダー

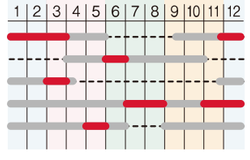


水産

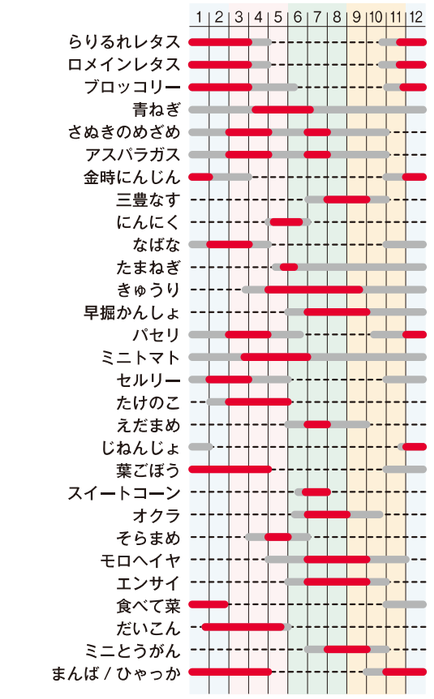




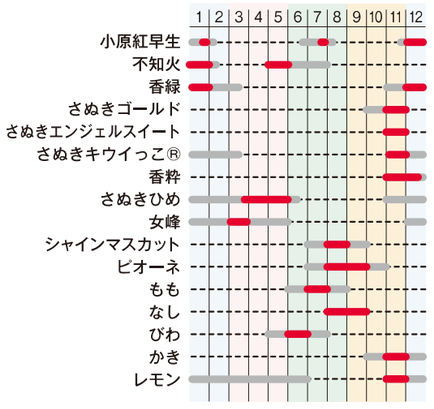
花き



野菜



果物



穀物





オリーブオイルをはじめ、採油後の果実や葉、木などオリーブを活用してつくられる品目



香川県のオリジナル品種、または香川県独自の生産工程が確立されている品目

新・讃岐ふうど記
野菜

ふんわりシャキシャキ、みずみずしさが活きています。



ここがオススメ!! CHECK

- オリジナル肥料使用
- 低農薬栽培
- 日持ちと歯応え



No.1 らりるれレタス

県外市場から高く評価

冬レタスの主力産地である香川県のレタス栽培は、県西部を中心に県内全域で行われています。なかでも、平成3年に誕生した、化学肥料と農薬を抑えた栽培方法による「らりるれレタス」は、京浜市場や京阪神市場にも広く出荷され、市場関係者に高く評価されているブランド商品です。出荷は10月～翌5月ごろまで、ピークは12月～3月です。

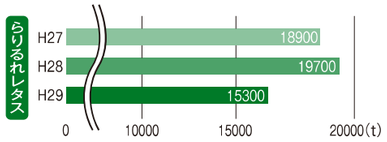
安全でおいしい！

ブランドとしての統一された基準の下、土づくりや安全管理に取り組んでいます。寒すぎると葉が固くなってしまうため、冬場はトンネル（フィルム）をかけて栽培するのが一般的です。天候によってトンネルの開け閉めをするなど、手間と時間をかけて育てています。シャキシャキとした歯応えや、野菜本来の甘味は、生産者の愛情そのもの。このブランド最大の魅力です。

主な栄養素／β-カロテン・ビタミンC・カリウム など



過去3年の生産量



旬カレンダー



No.2 ロメインレタス

サクサクとした歯ごたえが特徴のロメインレタス。近年、県内で生産量が増えています。葉の色が濃く厚みがあり、甘みとほのかな苦味が楽しめます。加熱してもおいしいため、サラダだけでなく鍋物や炒め物など幅広いメニューで利用できます。

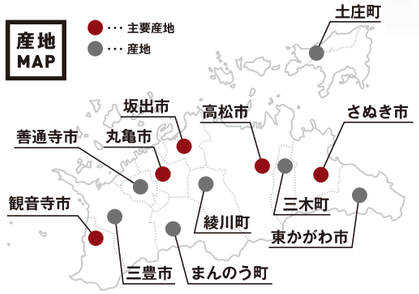
主な産地／観音寺市　主な栄養素／β-カロテン・ビタミンC・カリウム など





ここがオススメ!! CHECK

- 大きいものは全長 50cm
- 根元までやわらかい
- 味の良さとギュッとしまった穂先



香川県オリジナル

No. 5 さぬきのめざめ

春一番のおいしいめざめ

県農業試験場で開発され、平成17年にオリジナル品種として登録された「さぬきのめざめ」は、他の品種と比べて、春の萌芽（芽覚め）が早く、一部は30～50cmのロングサイズの出荷もあり、長くて太いのに柔らかいのが特徴です。味の良さと、キュッと締まった穂先を持つ見た目の美しさなどから、最高等級の秀クラスのものが多く収穫されています。香川県では、「さぬきのめざめ」の栽培が拡大しており、現在、作付面積は45ha（平成29年）となっています。

主な栄養素／アスパラギン酸・ルチン・カリウム など

ワンポイントアドバイス

香川県が誇るブランド品種「さぬきのめざめ」は、穂先が締まって、根元までやわらかく、歯ごたえはシャキシャキ。噛めば口全体に広がる爽やかな甘みが魅力で、収穫直後の新鮮なものは、生でも美味しく食べられます。生産者直伝の、最もカンタンで美味しいレシピは、水洗いして根元の皮をピーラーで剥き、オーブントースターで軽く焦げ目がつくくらい焼き、塩・コショウをしてオリーブオイルをかけるだけ!アスパラガス本来の豊かな味わいが楽しめます。



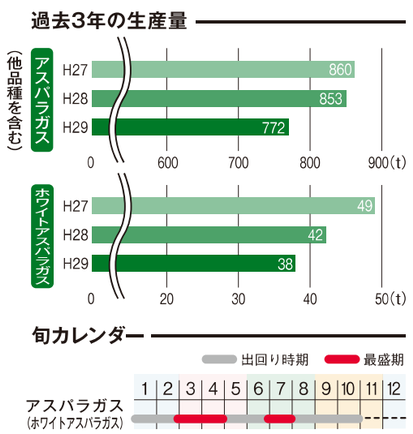
さぬきのめざめのトースター焼き

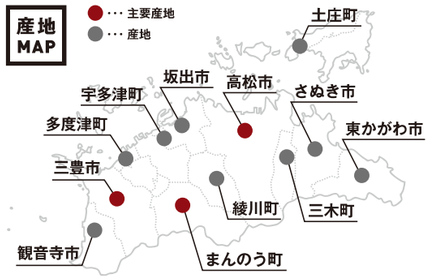


No. 6 ホワイトアスパラガス

春においしい食材として人気の野菜。やわらかい食感と独特の風味とほんのりした甘みが魅力です。サッとボイルしたものをサラダで食べるのがおすすめです。

主な産地／東かがわ市　主な栄養素／ビタミンC など



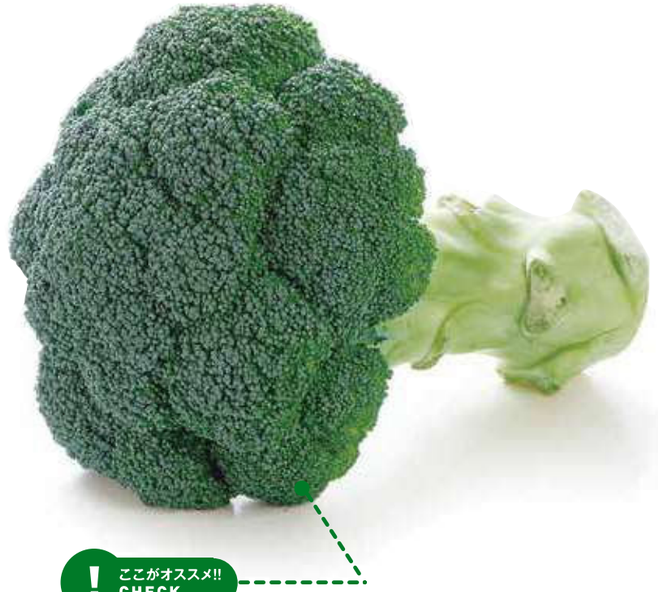


No. 3 ブロッコリー

鮮度が命のブロッコリー

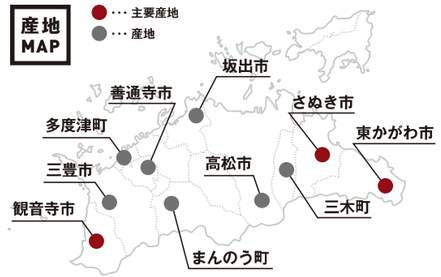
ビタミンCがレモンの約2倍あり、カロテンや鉄分なども豊富に含まれる栄養価の高い野菜です。香川のブロッコリーはギュッと詰まった頂部の花蕾と太くてやわらかい茎が特徴です。鮮度が命のブロッコリーは日の出前から収穫され氷詰めにして、すぐに出荷されます。主に11月～5月に出荷されており、その作付面積は年々増加し、シェアは全国3位（平成29年産）に。三豊市は、県内一の生産量を誇っています。

主な栄養素／ビタミンC・カリウム・β-カロテン など



ここがオススメ!! CHECK

- 新鮮なまま氷詰め出荷
- 栄養豊富
- 太くて柔らかい茎



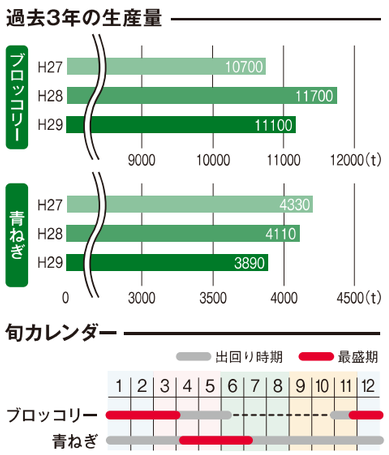


No. 4 青ねぎ

料理をおいしくする引き立て役

みずみずしくて香りも豊かな青ネギは、カルシウムやビタミンCなどが豊富に含まれており、食卓に欠かせない野菜の一つです。讃岐うどんの薬味として古くから栽培されており、料理の風味を良くする薬味としてはもちろん、サラダで食べるのもおすすめです。鮮度を保つため、生産者は早朝より収穫して、根洗いなど手間暇をかけて出荷されます。

主な栄養素／アリシン・β-カロテン・ビタミンC など





No.10 なばな

12月～3月が旬のなばなは、独特のほろ苦さが春の訪れを感じさせてくれる食材です。香川県では昔から搾油用に菜の花を栽培していましたが、食用としてのなばなの生産は昭和60年頃から始まりました。おひたしやからし漬け、和え物などで美味しく食べられます。

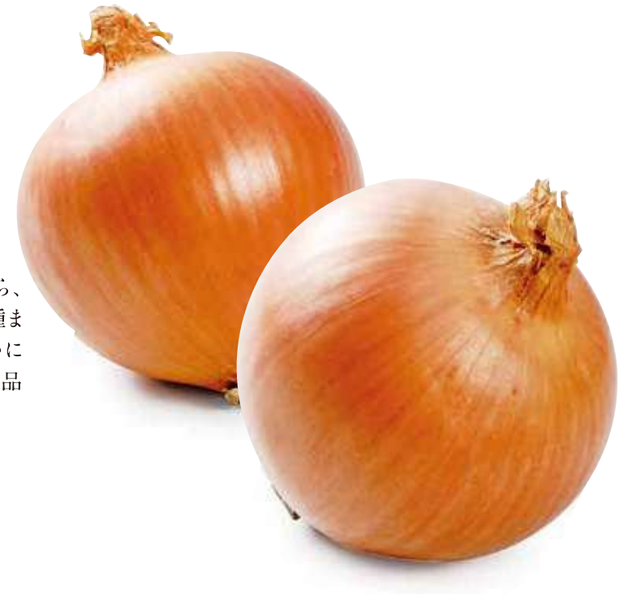
主な産地/さぬき市・三木町・高松市・丸亀市・琴平町・まんのう町
主な栄養素/ビタミンC・カルシウム・鉄分 など

No.11 たまねぎ

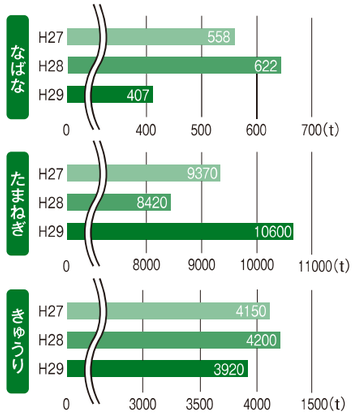
讃岐の大地が生んだ旨味

収穫は、4月～6月に行われ、サラダ用の早生品種から、乾燥冷蔵保存して、長期間の出荷をする晩生の品種まで揃っています。特に乾燥させて出荷前に布できれいに磨き上げた「みがきたまねぎ」は、肉厚で甘く、優れた品質は高い評価を受けています。

主な産地/丸亀市・三豊市・観音寺市
主な栄養素/クエルセチン・アリシン・ジサルフド類 など

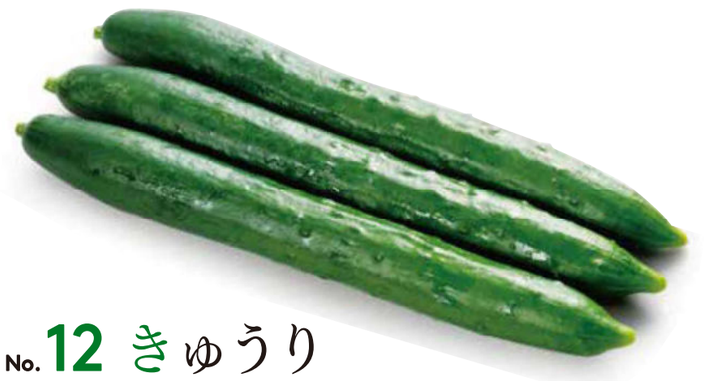


過去3年の生産量



旬カレンダー





No.12 きゅうり

香川県では、昭和30年代から本格的に栽培が始まりました。主力の夏秋きゅうりは、夏場でも朝晩の冷え込みのある山間部で高品質のものが生産されています。みずみずしく緑色が美しい香川のきゅうりは、生食や炒め物、漬物など、料理にとても重宝する食材です。

主な産地/三木町・高松市・綾川町・三豊市・観音寺市　主な栄養素/カリウム など





ここがオススメ!! CHECK
- 鮮やかな赤色
- 柔らかい肉質
- 上品で甘い味

No.7 金時にんじん

自然の甘味がたっぷりの真っ赤なにんじん

西洋にんじんに比べて、肉質が柔らかく甘味が強いことや、鮮やかな赤色が特徴で、その色の良さから、おせち料理や京料理に重宝されてきました。香川県は金時にんじんの生産量が全国第1位（平成29年産）。坂出市と観音寺市の砂地で栽培されています。おせち料理の素材として県外にも多く出荷されています。

主な産地/坂出市・観音寺市
主な栄養素/リコピン・カリウム など

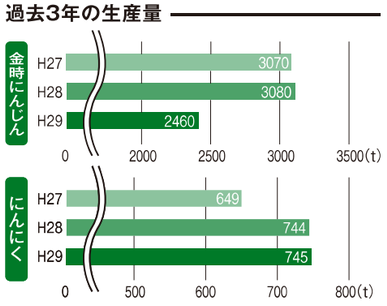
No.8 三豊なす

昭和初期から観音寺・三豊地域で栽培されており、7月～10月が旬。普通サイズの約3倍もの大きさで、厚い肉質は食べ応えがあります。おすすめの調理法は「なすそうめん」。香川県の郷土料理で、つゆを吸ってジューシーな食感は絶品です。

年間生産量/51t　主な産地/観音寺市・三豊市
主な栄養素/ナスニン・ポリフェノール など



過去3年の生産量



旬カレンダー

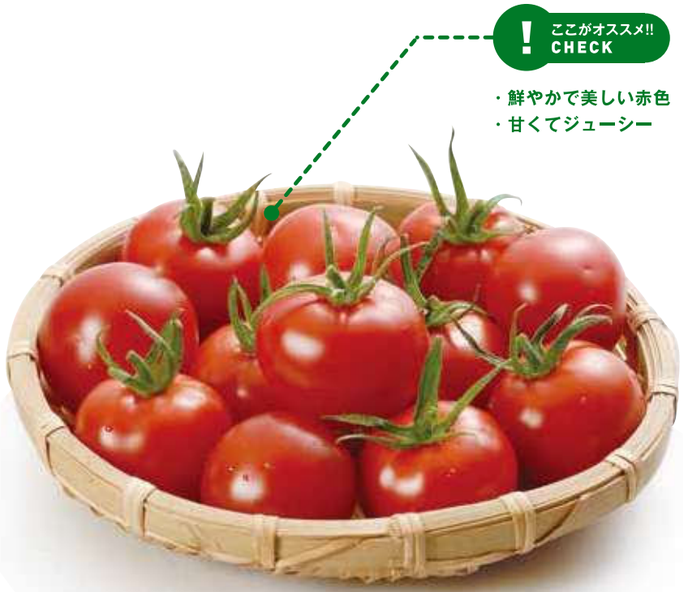




No.9 にんにく

香川県は、全国第3位（平成29年産）の生産量を誇っています。手間ひまかけて丁寧に育てた香川県のにんにくは、身がぴっしりと詰まっていて、食べると香りが豊かに広がります。

主な産地/琴平町・善通寺市・さぬき市　主な栄養素/アリシン・カリウム・ビタミンB1 など



ここがオススメ!! CHECK

・鮮やかで美しい赤色
・甘くてジューシー

No. 15 ミニトマト

香川県のミニトマトは、瀬戸内の日照時間の長さを活かして栽培され、鮮やかな赤色が美しく、甘くてジューシー。サラダなどの生食が一般的ですが、加熱をするとさらに甘味が増すので、様々な料理に使われる人気食材です。

主な産地/多度津町・さぬき市・善通寺市・東かがわ市
主な栄養素/リコピン・ビタミンA など



No. 13 早掘かんしょ

鮮やかな紅色と、形状の良さが特徴のサツマイモ。主な生産地は坂出市。塩田跡の水はけの良い砂地で生育したかんしょは塩田特有の塩が天然のミネラルとして溶けこみ、きめ細やかな肉質で甘みが強く高い評価を得ています。一般的なサツマイモより早く、夏に収穫され6月下旬から出荷されます。

主な産地/坂出市・観音寺市
主な栄養素/β-カロテン・食物繊維・ビタミンB1 など

No. 16 セルリー



独特の香りとさわやかな歯ごたえが食欲をそそります。観音寺市が40年以上の歴史を持つ産地で、主に、茎が黄白色で香りが穏やかな中間種や香り高い緑色種のミニセルリーが栽培されています。2月～3月が旬で、緑色や白色部分がみずみずしく、張りのあるものが新鮮です。茎が太くて長く、堅めのものが良質。

年間生産量/728t　主な産地/観音寺市
主な栄養素/β-カロテン・ビタミンC・カリウム など

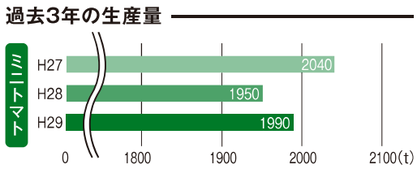
No. 17 たけのこ



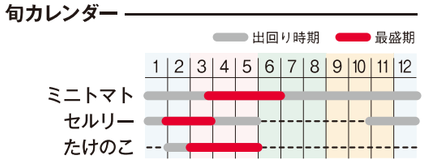
3月～5月が旬。春の味覚を代表する食材です。7月下旬～8月上旬に、土の中で大きくなり、2月下旬には地上へ出て、3月下旬ごろ店頭に並び始めます。香川県産は色が白く柔らかいのが特徴で、若竹煮やたけのこごはんはもちろん、薄味に炊いて天ぷらや炒め物もおすすめです。

年間生産量/1,129t　主な産地/まんのう町・三豊市
主な栄養素/カリウム・食物繊維 など

過去3年の生産量



旬カレンダー



ここがオススメ!! CHECK

・栄養価の高い緑黄色野菜
・濃緑色でちぢみが細かくきれい

No. 14 パセリ

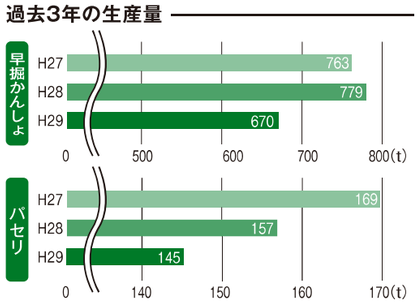
この栄養価は主役級!

鉄分、カルシウム、ビタミンCなどが豊富で、栄養価の高さは主役級。香川県は、西日本を代表する産地で、なかでも東かがわ市の旧大内町では、40年以上も前から栽培を始め、全国でも有数の産地に成長。品質の良さから、「大内パセリ」のブランド名で県内をはじめ京阪神市場などにも出荷されています。料理の味を引き立てる香味野菜としてだけでなく、サラダや天ぷらにして食べるのもおすすめ。

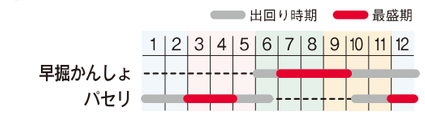
主な産地/東かがわ市　主な栄養素/鉄分・カルシウム・ビタミンC など



過去3年の生産量



旬カレンダー







No.19 じねんじょ

12月が旬。独特の風味と強い粘りが特徴で、滋養強壮や疲労回復に効果があるといわれています。すりおろして酢の物や汁ものにして食べるほか、焼いて食べても美味しい栄養満点の食材です。

年間生産量/7.7t　主な産地/東かがわ市・さぬき市・まんのう町
主な栄養素/アルギニン など



No.20 葉ごぼう

根も葉も食べることができ、1月～4月が旬。「春を呼ぶ野菜」ともいわれています。高松市牟礼町ではトンネル栽培で12月～4月にかけて収穫し、出荷されます。独特の爽やかな香りと特有の歯ざわりが特徴の香川県のふるさと野菜で、薄味の煮物や下味を付けたものを天ぷらにして食べるのがおすすめです。

年間生産量/2t　主な産地/高松市
主な栄養素/食物繊維・鉄分・ルチン など



No.18 えだまめ

日本の夏の風物詩の枝豆は未成熟な大豆を収穫したもので、ビタミンAやビタミンCなどのミネラルなどが大豆より豊富。健康食として海外でも注目されている野菜の一つです。オリジナル品種の黒大豆「香川黒1号」を枝豆で頂くと絶品です。

年間生産量/186t　主な産地/観音寺市・坂出市
主な栄養素/ビタミンB1・食物繊維・カリウム など



No.21 スイートコーン

6月～7月が旬。黄色と白色が混じった一般的なトウモロコシの糖度が14～15%に対して全部の実が黄色い「スイートコーン」は、17～18%の糖度があり、非常に甘いのが特徴です。

年間生産量/1,340t　主な産地/観音寺市・高松市・三木町
主な栄養素/リノール酸・オレイン酸・ビタミンB群 など



No.22 オクラ

6月～10月が旬。ビタミンやミネラルを多く含む栄養価の高い夏野菜オクラは、夏バテ予防の効果が高いといわれています。色が濃く鮮やかで、産毛がびっしりと生えているものがおいしく、2分程ゆでて食べるのが一番です。

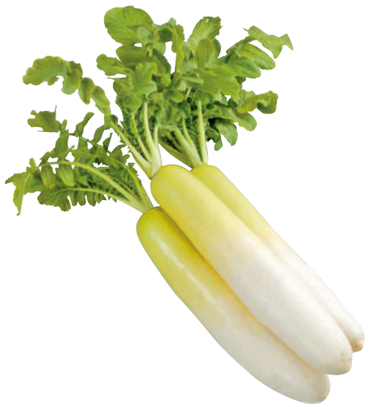
年間生産量/300t　主な産地/琴平町・高松市・さぬき市
主な栄養素/β-カロテン・カリウム・カルシウム など



No.23 そらまめ

さやの形が蚕に似ていることから「蚕豆（さんず）」とも呼ばれ、5月が旬。ホクホクの食感やさわやかな甘みが特徴で、「押し抜きずし」や「カンカンずし」などの郷土料理を彩る食材の一つ。また、完熟したそらまめを炒って醤油に漬けた「しょうゆ豆」は、お土産品としても人気です。

年間生産量/384t　主な産地/観音寺市・高松市・丸亀市
主な栄養素/カリウム・ビタミンB群・マグネシウム など



No.24 モロヘイヤ

特有のネバネバは、夏バテを改善する効果があるといわれています。7月～9月が旬の夏野菜でクセが少なくおひたし、スープ、炒め物、かき揚げなどいろんな料理に使えます。また果物とミキサーにかけた青汁ジュースもおすすめです。

年間生産量/27t
主な産地/観音寺市・東かがわ市・丸亀市
主な栄養素/カロテン・カルシウム・ビタミンB群 など



No.27 だいこん

1月～5月が旬。日本人にとってはなじみの深い野菜で、消費量は日本が世界一。お味噌汁やふろふき大根、サラダなどに加え、新鮮な葉はおひたしや炒め物がおすすめです。

年間生産量/7,600t　主な産地/坂出市・高松市・丸亀市
主な栄養素/ビタミンC など



No.25 エンサイ

7月～9月が旬。カロテンやマンガンなど栄養価の高いスタミナ野菜で、茎が空洞のため「クウシンサイ」とも呼ばれています。葉にはぬめりがありますが、茎はシャキッとした食感が楽しめ、炒め物に最適。高松市で1990年代に栽培が始まりました。

年間生産量/18t　主な産地/高松市
主な栄養素/β-カロテン・カリウム・ビタミンB群 など

No.26 食べて菜

香川県オリジナル

11月～2月が旬。小松菜とさぬきなを交配して平成21年にデビュー。「みんなに食べてほしい」という願いが込められています。さぬきな同様シャキシャキ感があり、小松菜に比べて苦みが少なく、おひたし、サラダ、炒め物など幅広い料理にマッチします。

年間生産量/10.5t　主な産地/高松市
主な栄養素/カルシウム・鉄分 など



旬カレンダー

出回り時期　最盛期

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
えだまめ						出	最	出				
じねんじょ	出											最
葉ごぼう	最	最	最	最							出	出
スイートコーン						出	最					
オクラ						出	最	出				
そらまめ				出	最	出						
モロヘイヤ				出	出	最	最	最	出			
エンサイ						出	最	最	出			
食べて菜	最	最									出	出
だいこん		最	最	最	最							
ミニとうがん							出	最	出			
まんば/ひゃっか	最	最	最								出	最



No.29 まんば/ひゃっか

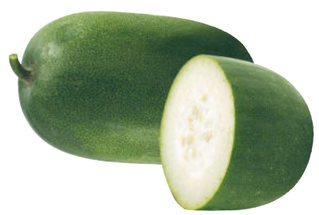
11月～4月が旬。高菜の一種で、冬の代表的な野菜。独特のアクが旨味でもあります。「まんば/ひゃっか」と呼ばれ、県内のほぼ全域で栽培されています。油揚げと豆腐を入れてつくる「まんばのけんちゃん」は、香川県の郷土料理です。

主な産地/高松市
主な栄養素/ビタミンC・鉄分・β-カロテン など

No.28 ミニとうがん

8月～9月が旬。果実の96%が水分で低カロリー。1.5～2kgと通常の品種より小さく、風通しの良い、日の当たらない場所で保存しておけば冬まで使える食材。スープや煮物に仕立てると優しい味になります。香川県では、平成18年から栽培が始まりました。

年間生産量/14t　主な産地/高松市
主な栄養素/ビタミンC・カリウム など



新・讃岐ふうど記

果物

太陽を浴びて愛情いっぱいに育った まっ紅なみかん。



産地MAP



ここがオススメ!! CHECK

- 日本で一番紅いみかん
- 地理的表示（GI）保護制度に登録
- 糖度が高く濃厚な甘み

さぬき讃フルーツ Sanuki San Fruit

香川県オリジナル

香川県では、県オリジナル品種を中心とした果物で、意欲ある生産者が栽培し、糖度など一定の品質基準を満たしたものを「さぬき讃フルーツ」として推奨しています。

No.30 小原紅早生（おばらべにわせ）

小原紅早生とは

「小原紅早生」は、坂出市の小原幸晴さんのみかん園で栽培していた「宮川早生」という品種が枝変わりしたもの。国内で栽培される約100品種のみかんの中で、果皮の色が最も紅いと言われている、平成5年に品種登録された香川県オリジナルの品種です。糖度が高く濃厚な甘味が特徴。糖度12・5度は「さぬき紅」、11・5度以上は「金時紅」の商品名で出荷されています。

「小原紅早生」にかける想い

生産者の徹底した管理の下で、甘くておいしい「小原紅早生」はつくられます。糖度を上げるために、8月下旬には、地面に透湿性のシートを敷き雨水の吸収を抑える一方、シートの下に配管を這わせ、土が乾燥しすぎないよう、与える水の量を管理しています。こうして糖度が高い「小原紅早生」ができるのです。

生産者の声

小原さんは、消費者の方から「忘れられない味」だと言われたことがあります。今や、その人はリピーターとして毎年「小原紅早生」ができるのを待ってくれているそうです。小原さんにとって、何よりの喜びであることに違いありません。



生産者
小原 幸晴 さん

地理的表示（GI）保護制度に登録

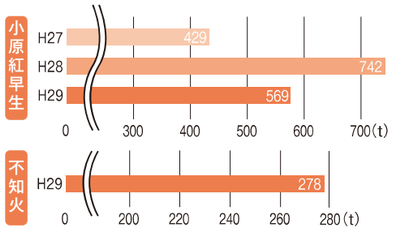
平成29年12月に「香川小原紅早生みかん」（登録団体：香川県農業協同組合）が知的財産として、地域の農林水産物を保護し、付加価値を高めていくGI保護制度に登録されました。

ワンポイントアドバイス

小原紅早生は、果皮も薄くて剥きやすく、柔らかいのが特徴です。中の実を包んでいる小袋（じょうのう）が、またびっくりする薄さと柔らかさ。口に入れた時に、この小袋がとろけるほどで、美味！栄養価が高く、健康に良いと言われている温州みかんに含まれ、抗酸化作用があるというβ-クリプトキサンチンという栄養素が豊富です。


小原紅早生

過去3年の販売量（さぬき讃フルーツ認定生産者）



旬カレンダー



No.31 不知火（しらぬひ）



さぬき讃フルーツ Sanuki San Fruit

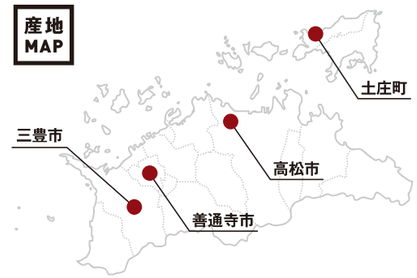
清見にポンカンを交配してできた品種で、程よい甘さが人気。高松市の西部地域で多く栽培されており、一定の基準を満たしたものは「デコポン」と呼ばれています。香川県では、付加価値の高い①施設栽培、②長期貯蔵（5月以降出荷）のものを「さぬき讃フルーツ」として推奨しています。

年間生産量/278t　主な産地/三豊市・高松市・善通寺市・観音寺市・土庄町

キウイフルーツ

日本でキウイフルーツのオリジナル品種を最も早く開発し、
これまでに11品種を登録しています。
世界最大サイズの「さぬきゴールド」から最小サイズの「さぬきキウイっこ®」まで、
出回り時期や味の特徴が異なる5種類のキウイフルーツをお楽しみいただけます。

産地MAP



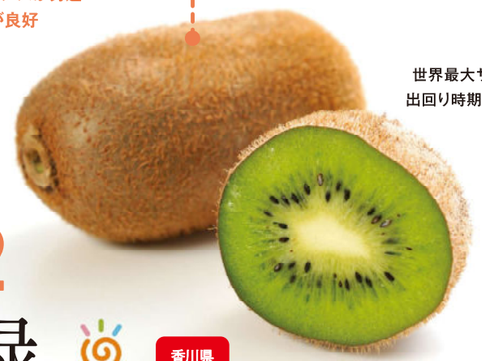
香川の美しい緑のような…キウイフルーツ

昭和62年に品種登録された香川県オリジナル品種のキウイフルーツ。一般的な品種の「ヘイワード」よりも、鮮やかな濃い緑色の果肉が特徴です。（主に善通寺市、高松市、三豊市、土庄町で生産され、11月～3月に出荷されています。）

風味豊かで濃厚な甘味

糖度が15～17度で、甘味と酸味のバランスが良い「香緑」。濃厚な甘味のなかにあるさわやかな風味と、ジューシーな味わいが楽しめます。

ここがオススメ!! CHECK
- 鮮やかな濃い緑色の果肉
- 甘味と酸味のバランスが秀逸
- 肉料理との相性が良好



No. 32 香緑（こうりょく）

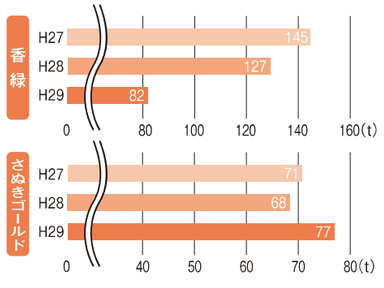
さぬき讃フルーツ　香川県オリジナル

ワンポイントアドバイス

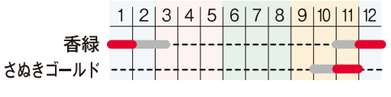
香緑は、甘味が強く、酸味が穏やか。そのまま食べるだけではなく、裏ごしをしてピューレ状にするとお菓子やサラダなどのソースに。俵型なので、輪切りにすると同じ大きさのスライスが沢山でき、見た目重視の料理などに向いています。チーズとの相性も良く、モッツァレラチーズやサーモンなどと合わせたサラダに入れると、前菜としても美味しく召し上がれます。


香緑とモッツァレラチーズのサラダ

過去3年の販売量（さぬき讃フルーツ認定生産者）



旬カレンダー



ここがオススメ!! CHECK
- 大玉で黄金色の果実
- 豊かな果汁と
  メロンのような食感
- ビタミンC・Eが豊富



No. 33 さぬきゴールド

さぬき讃フルーツ　香川県オリジナル

栄養機能食品（ビタミンC・E）として表示

平成17年に品種登録された香川県オリジナル品種。果実は160～200gと大玉で、果肉は黄金色。糖度は14～17度と高く、酸味が少なく、とても甘く感じられます。ビタミンC含有量は通常のキウイフルーツの約3倍。ビタミンEが1.3倍と豊富なことから、「栄養機能食品」表示を行っています。

キウイフルーツのサイズ比較



ここがオススメ!! CHECK
- 赤いエンジェルのリング
- 高い糖度の上品な甘さ



香川県オリジナル　No. 34

さぬきエンジェルスイート

出会った人に甘い時間をお届けします

平成25年に品種登録された香川県オリジナル品種。約15度と糖度が高く、酸味が少ないので、口にした瞬間、甘みが口の中に広がります。果肉の色は全体は鮮やかな黄緑色ですが、種子の周りだけ「天使の輪」のように赤くなります。

ここがオススメ!! CHECK
- 一口サイズの食べやすさ
- 和三盆のような甘さ



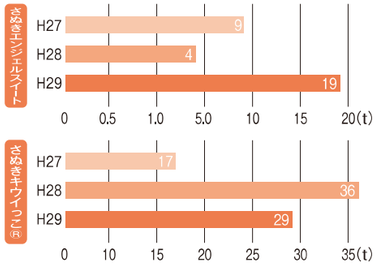
香川県オリジナル　No. 35

さぬきキウイっこ®

小さくてかわいい!しかも甘味と酸味が絶妙

香川県と香川大学が共同研究に取り組み、シマサルナシと食味のよいキウイフルーツを交配して、平成26年に品種登録された香川県オリジナル品種。糖度が17～20度と非常に高いのが特徴。酸味とのバランスが良く、1果あたりの重さが一般的なキウイフルーツの1/3～半分程度。一口サイズで手で割って簡単に食べられるのがポイントです。

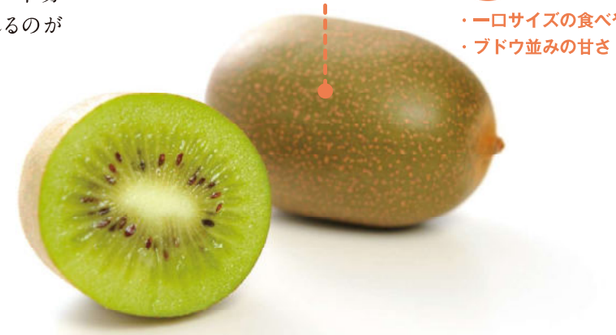
過去3年の販売量（さぬき讃フルーツ認定生産者）



旬カレンダー



ここがオススメ!! CHECK
- 一口サイズの食べやすさ
- ブドウ並みの甘さ



No. 36 香粋（こうすい）

さぬき讃フルーツ　香川県オリジナル

コンパクトな可愛いキウイ

平成11年に品種登録された香川県オリジナル品種。まるでブドウのように、たわわに実ります。果実に毛がなく、重さは通常のキウイの1/3～半分程度。糖度は約14度で酸味が少ない分、甘さがいっそう引き立ちます。

いちご

香川県では50haを超えて、いちごが栽培されていますが、
「さぬきひめ」は75%を占め、
栽培面積も順調に伸びています。



産地MAP



※ほぼ香川県全域で栽培しています。

香川県オリジナル

No.37 さぬきひめ

讃岐生まれのニューフェイス

次世代のいちご栽培を担う品種として讃岐の地から誕生し、平成21年に品種登録された「さぬきひめ」。消費者からの評価も高く、栽培面積は順調に伸びてきています。香川大学、JA香川県、香川県が共同開発した、高設の「らくちん栽培システム」の導入により、日光が均一に当たることから、色・大きさ・形の良い高品質ないちごが効率的に生産されています。

甘さと酸味のバランスが抜群！

「さぬきひめ」最大の特徴は甘さ。安定した糖度を保ち、通常なら酸味の強くなる4月～5月でも甘さと酸味のバランスが抜群です。また、果実はまるまるっとした形で大きく、食べ応えも十分。

ここがオススメ!! CHECK

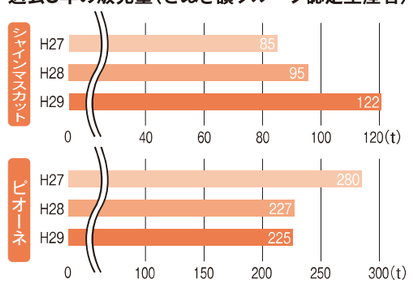
- 甘さと酸味のバランスが秀逸
- 大きな果実
- 実が柔らかくジューシー

ワンポイントアドバイス

香り豊かで甘味が強く、酸味が少ないさぬきひめは、大玉で実がやわらかく、ジューシー。鮮やかな赤色で光沢のある果皮、やや丸みを帯びた、まるっとした形が可愛らしいさぬきひめは、生食が向いています。ケーキにサンドしたり、デコレートしたり。スイーツのトッピングに最適です。


さぬきひめを使ったショートケーキの一例

過去3年の販売量（さぬき讃フルーツ認定生産者）



旬カレンダー





No.38 女峰

スイーツとの相性抜群！引き立つ美味しさ

「女峰」は、美しい円錐形、しっかりとした果肉、味・香りも良いことで、ケーキなどのスイーツにも多く利用されています。また、厳寒期の「女峰」は味が濃く、生食がオススメです。高設栽培により、品質の高い果実を生産しています。

産地MAP



No.39 シャインマスカット

皮ごと食べられる！新感覚のマスカット

糖度は17度以上と高く、種がないのが特徴。また、皮が薄い上に渋味が少ないので皮ごと食べられます。香川県では、一粒の直径を５００円玉程度の大粒に仕上げ、７００g前後の大房を中心に房作りしています。また、早くから栽培を開始した香川県産のシャインマスカットは、国内外の市場で品質が高く評価されています。マスカット特有のさわやかな香りと、皮ごとサクサク食べられる新感覚のブドウです。



ここがオススメ!! CHECK

- 糖度 17 度以上
- 皮ごと食べられる
- 大粒の種なし果実

果物

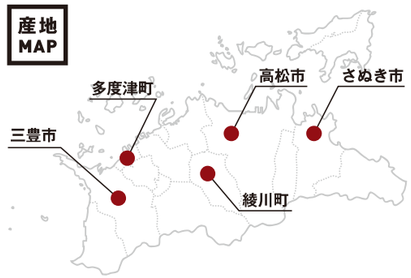
No.40 ピオーネ

黒い真珠のような輝き

巨峰とマスカットを交配した品種。雨や湿気を避けるため、ハウス栽培が中心です。紫黒色の果粒が特徴的で、「黒い真珠」ともいわれています。日照時間の長い香川県では、糖度が高くおいしいブドウが収穫されます。三豊市、綾川町などが主な産地。なかでも種のない「ニューピオーネ」は、贈答用などとして人気です。県内を中心に京阪神市場などにも出荷されています。



産地MAP



過去3年の販売量（さぬき讃フルーツ認定生産者）

旬カレンダー





No. 41 もも

とろけるような甘い果実

とろけるような食感と豊潤な香りが楽しめる果物。香川県は日照時間の長さと雨が少ないことで、古くから良質なももの産地として知られています。瀬戸内の太陽をいっぱいに浴びて、甘く熟したジューシーな果実が収穫されます。

主要品種/「日川白鳳」・「あかつき」・「なつおとめ」

産地MAP





幸水



豊水

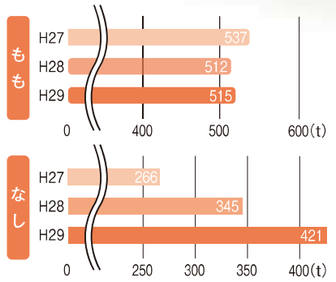
No. 42 なし

「幸水」と「豊水」2品種が主力

香川県におけるなしの栽培は、100年以上の歴史があり、観音寺市豊浜町は、なしの郷として知られています。現在の主力品種は「幸水」と「豊水」で、いずれも皮が褐色がかった赤なしです。「幸水」は糖度が高く（12度前後）、口の中に広がるジューシーな果肉が特徴。一方の「豊水」は1個の重さが平均380gと大きく、また、甘みが強くて（糖度12～13度）、適度な酸味があります。旬は、幸水が8月、豊水が9月上旬～9月中旬。

主な産地/観音寺市

過去3年の販売量（さぬき讃フルーツ認定生産者）



旬カレンダー





No. 43 びわ

びわはカンキツ類と同様、気温が平均15～16℃以上の環境でおいしく育ちます。香川県では美味しくて美しい果実を出荷するため、摘果した後、果実に袋をかけて成熟させるなど手間と時間をかけて育て上げます。
「なつたより」という品種は、果実が大玉で、果肉が柔らかく、また糖度が高く酸味が少なく食味に優れています。果皮の色で品質評価が可能であり、香川県では、高品質なものを「さぬき讃フルーツ」として推奨しています。

主要品種/「茂木」・「田中」・「なつたより」
主な産地/三豊市・高松市・善通寺市



富有



太秋

No. 44 かき

香川県産の「富有」は、熟した時の美しい色合いと果実の大きさ、高い糖度、食べ応えのある食感などが魅力です。「太秋」は「富有」をベースに生まれた完全甘柿品種。果肉が梨のようにさくさくとした食感で、果汁が多いのが特徴。糖度も高く、約17～18度にもなります。

主な産地/高松市・綾川町

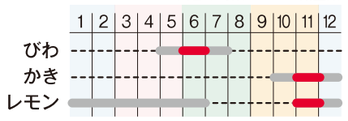


No. 45 レモン

レモンは、主産地の地中海やカリフォルニアのように、少雨で霜の降りない地域が栽培に適しています。香川県では三豊市や土庄町豊島など、主に瀬戸内海沿岸で、同様の気候を生かしてレモンが栽培されています。

年間生産量/77.7t　主な産地/三豊市・土庄町
主な栄養素/ビタミンC・クエン酸・ポリフェノール など

旬カレンダー





新・讃岐ふうど記 穀物

No.46 さぬきの夢 香川県オリジナル

讃岐うどんのために生まれた小麦

「さぬきの夢」は、県農業試験場が讃岐うどんのために開発した香川県のオリジナル小麦品種です。気候が温暖で雨の少ない香川県は元来、小麦の産地でしたが、作柄の不安定などから昭和40年代から外国産に押され栽培が急速に減少しました。そんな折、「地元の小麦で讃岐うどんをつくりたい。」「そのうどんを食べたい。」という強い思いが開発への一助となりました。「さぬきの夢2000」は8年をかけて開発され、2003年に品種登録された香川県で初めての小麦のオリジナル品種です。小麦特有の風味があり、製麺試験でも、ASW（オーストラリア産小麦）に負けない高い評価を得ています。

「さぬきの夢」は2000から2009へ

農業試験場では、「さぬきの夢2000」の開発後も、より優れた小麦新品種の開発に取り組んできました。そして、絞り込まれた2つの後継品種候補について、平成21年に現地で大規模な試作を行い、栽培適性や工場段階での製粉・製麺適性、うどん店での試作や県民1800人にも及ぶ試食アンケート調査等を実施しました。その結果、生産性や製麺適性に優れ、うどん店や消費者アンケート調査等で評価が高かった品種を後継品種に決定し、新たに「さぬきの夢2009」が誕生し、2013年産より県内全域で栽培されています。この粉を使って作られるうどんは、コシのあるモチモチとした食感が最大の特徴で、表面はツルツル。懐かしい小麦の香りが食欲をそそります。

年間生産量/6050t



No.47 はだか麦

希望の星、イチバンボシ

はだか麦は大麦の一種。その新たな品種として、1992年に農林水産省四国農業試験場で開発されたのが「イチバンボシ」です。温暖少雨などの栽培条件に適した香川県や福岡県などでつくられています。麦味噌や麦茶など加工品の原料として高い評価を得ています。5月中旬～5月下旬に収穫。10月ごろから、新麦製品が出荷されています。

年間生産量/2230t

旬カレンダー

出回り時期 最盛期

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
小麦（さぬきの夢）									●	●	●	
はだか麦（イチバンボシ）									●	●	●	●

小麦：9～10月新麦製粉　はだか麦：10月以降新麦製品出荷

No.48 おいでまい 香川県オリジナル

粒ぞろいの良さとしっかりとした食感が魅力

香川県で誕生した新しいお米。「おいでまい」は讃岐弁で「いらっしゃい」の意味。香川で生まれた米を多くの人に食べに来てほしい。そんな願いを込めて名付けられました。高温障害による白く濁った米粒の発生が少なく、玄米の粒に丸みがあり、粒ぞろいが良い。炊飯すると、米の色が明るく、艶があり、しっかりとした食感と繊細な甘みが、食欲をそそります。草丈が短く、倒伏しにくいなど、比較的栽培しやすいことも特徴です。一般財団法人日本穀物検定協会が毎年実施している「米の食味ランキング」で最高ランクの「特A」の評価を5年間で3回受けるなど高い評価を得ています。



温暖化が進む環境でもしっかりと育つ品種

食味と品質の良い「あわみのり」を母、高温に強く、食味が良い「ほほえみ」を父に、人工交配して生まれたのが「おいでまい」です。様々な調査を通じて、「おいでまい」は従来品種より特に品質が良く、食味の良い米が収穫できることから、平成22年11月に香川県の奨励品種に採用し、平成25年産より本格栽培が始まりました。その後、品質が評価され、需要が拡大しており、それに応じて、段階的に生産を拡大しています。「おいでまい」のおいしさと高い品質を確保するために、「おいでまい」委員が選定した地域と一定の基準を満たした生産者だけが作付けしています。

年間生産量/8000t（2018年）
需要に合わせて計画的に生産



旬カレンダー

出回り時期 最盛期

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
おいでまい											●	●

No.49 さぬきよいまい 酒米 香川県オリジナル

讃岐初！オリジナル酒米

香川県酒造協同組合や香川大学、香川県などが本県独自の日本酒の開発を目指し、平成18年から栽培が始まった本県初のオリジナル酒米「さぬきよいまい」。酒造原料米「オオセト」を母とし、酒造用好適米「山田錦」を父として交配された品種の酒米です。「オオセト」由来のキレの良い口当たりと、「山田錦」由来の芳じゅんな香りが楽しめる日本酒になります。





No.50 黒豆 香川黒1号 香川県オリジナル

讃岐の黒豆は粒ぞろい

香川大学や香川県農業協同組合、香川県が共同で開発した黒大豆の新品種「香川黒1号」。従来から栽培されている「丹波黒」に比べて、粒ぞろいや色、香りが良く、煮豆に最適です。出荷時には粒の大きさを区別し、2L（粒径10.5mm）以上は、「讃州大黒」の商標で県内を中心に販売されています。



旬カレンダー

出回り時期 最盛期

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
黒豆（香川黒1号）	●	●										●

12月から正月煮豆用出荷

新・讃岐ふうど記

農産加工品



讃岐の自然が育んだ、美酒の数々。

No.51 酒

讃岐の自然が育んだ、美酒の数々

おいしいお酒づくりには、澄んだ水が必要です。香川県には、阿讃山脈を源とする清らかな伏流水が流れています。また、讃岐平野では酒づくりに適した良質米がつくられているなど、地酒が生まれる条件が整っています。なかでも、香川県のオリジナル酒米「さぬきよいまい」で仕込んだ日本酒は、キレの良い口当たりと芳醇な香りが好評を得ています。瀬戸内の温暖な気候風土が育んだブドウなどからつくられるワインも人気です。また、日本酒ベースのイチゴやモモを使用したフルーツリキュールなど、市場のニーズにあった商品の開発も盛んで、お酒に縁遠かった若者や女性の心も掴んでいます。



No.52 しょうゆ豆

讃岐の郷土料理

そら豆をこげ目が付くまで煎って、特製の醤油だれに漬け込む香川県の代表的な郷土料理。普通の煮豆とは違い、煎った豆を使うことで、かむと口の中でポロッと砕ける歯応えが楽しめます。好みでしょうが汁を加えるのもそれぞれの家庭の味。おかずとしてはもちろん、料理の箸休めやおつまみにも最適。香川県のお土産品としても人気です。







No. 56 玄米粉・米粉

玄米はビタミン·ミネラルなど豊富な栄養を含んでいます。香川県食糧事業協同組合では、玄米を独自技術で全粒粉に加工し、他の食品に混ぜて手軽に摂取できる家庭向け焙煎玄米粉「健康のひかり」を開発。
米粉は、白米を浸漬·粉砕·乾燥させて、パンやケーキなどにも利用できる微細な粉にしたもので、香川県オリジナル品種「おいでまい」を原料にした米粉も販売されています。料理やお菓子づくりに、家庭で気軽にお使いいただけます。



No. 57 ガーリックオイル

香川県のにんにく生産量は全国第3位（平成29年産）。県内では、琴平町が最大の産地です。香りが豊かな県産にんにくと、オリーブオイルで加工した「ガーリックオイル」は、ガーリックトーストやパスタなど様々な料理で使用されています。香川県産の風味豊かなガーリックオイルをご賞味ください。



No. 58 黒にんにく

一般的な白いにんにくを高温·高湿の環境に3～4週間置き、熟成·発酵させると黒にんにくになります。それにより、糖度が高まり、まるでドライフルーツのような食感に。生にんにく以上に手軽に食べられる健康食品として注目を集めています。

No. 53 お茶

香川県のおいしいお茶

高瀬のお茶は、香りが良く、後味に良い意味での渋みや甘みが感じられます。また、「ほんまもん緑茶」は、一番茶を100%使用した緑茶で、渋味が少なく、のどごしがやわらかです。香川県産のはだか麦「イチバンボシ」を100%使用した「ほんまもんむぎ茶」は、甘くて香ばしい香りが特徴で、ペットボトルや煮出し用パックなど用途に応じてお求めいただけます。







No. 55 和三盆

江戸時代、享保の改革における特産物づくりと財源確保を目的として、第5代高松藩主·松平頼恭公が製糖を平賀源内に命じ、そののち向山周慶によって完成された産品です。その製法は、当時の手法が今なお受け継がれており、讃岐古来の製法から生まれる、まろやかで上品な手づくりの風味をお楽しみください。

No. 54 讃州大黒

香川県オリジナル

香川県オリジナル黒大豆の「香川黒1号」。なかでも、特に粒が大きく品質の良いものだけを厳選したものが「讃州大黒」。収穫された新豆だけでなく、加工品として煮豆や甘納豆も人気。香川県の特産品である和三盆糖と瀬戸の塩だけで仕上げた上品な味わいに加え、一粒一粒にツヤがあり、見た目にも美しいため、お節料理としても人気があります。



新・讃岐ふうど記

畜産品

オリーブの採油後の果実を
「オリーブ飼料」として与えた
「オリーブ牛」、
「オリーブ夢豚・オリーブ豚」、
「オリーブ地鶏」は、
香川県が誇る
オリジナルブランド畜産物です。
おいしさや品質の評価が高く、
多くの方々に賞賛されています。

第11回全国和牛能力共進会で「脂肪の質賞」を受賞

「脂肪の質・日本一」!



ここがオススメ!! CHECK

- あっさりした味わいの脂
- 柔らかい肉質
- 旨味成分オレイン酸が豊富

オリーブ関連産品　香川県オリジナル

No.59 オリーブ牛

■ 出荷量 ／ 2,167頭（平成29年度）

ふたつの歴史が融合した香川県だけの黒毛和牛

「オリーブ牛」とは、「讃岐牛」のうち、讃岐牛銘柄推進協議会が定めるオリーブ飼料を1日100g以上、出荷前2か月以上給与して育てられた香川県産黒毛和牛です。香川の牛の歴史は西暦700年の官牛放牧に始まり、明治15年には小豆島で全国に先駆けて和牛の肥育が始まっています。大正のはじめには、京阪神で高い評価を受け「讃岐牛」の愛称が定着。たゆまぬ努力と恵まれた気候風土のなかで培われた肥育技術が品質の高い「讃岐牛」を生み出しました。一方、オリーブは、香川県の県花県木であり、小豆島は、日本オリーブの発祥の地として100年を超える歴史があります。2つの歴史の息づく島・小豆島で、和牛肥育農家が、オリーブの採油後の果実を飼料化することに成功したことで、プレミアム黒毛和牛「オリーブ牛」が誕生したのです。

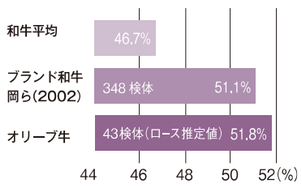
SANUKI オリーブ牛

口どけがよく、旨みが濃いのに、脂があっさり

「オリーブ牛」のおいしさの秘密は、オリーブに豊富に含まれるオレイン酸や抗酸化成分にあります。オリーブの採油後の果実を給与することにより、脂質があっさりした味わいとなり、肉の柔らかさや赤身肉の旨味を引き出しています。

第11回全国和牛能力共進会で「脂肪の質賞」を受賞し、「脂肪の質・日本一」としておいしさや品質の評価が一段と高まり、国内ではもちろん海外からも注目されています。

オレイン酸平均測定値



和牛成分値：四訂日本食品標準成分表
分析機関：香川県畜産試験場



ここがオススメ!! CHECK
・フルクトースが 1.5 倍
・しっかりとした赤身の旨味
・さっぱりとした脂の甘味

讃岐の地で生まれたオリーブの力でおいしさ一新。

No.60 オリーブ夢豚 オリーブ豚

オリーブ関連産品　香川県オリジナル

厳しい条件をクリアした豚

香川県には、英国から導入したバークシャー種を源にもち、肉質が高い「讃岐夢豚」と、県内の銘柄豚が大切に育てられています。

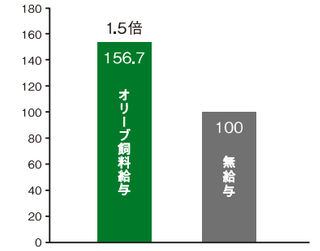
これらの豚に、出荷前30日以上、オリーブ飼料を0.5％以上、麦類を8％以上配合した飼料を給与したものが「オリーブ夢豚」、「オリーブ豚」です。

オリーブが香川の豚肉を変えた

オリーブ飼料の給与によって、旨味や甘味成分が高まることを確認しました。

特に、フルーティーな甘味が特徴の果糖（フルクトース）が高く、他の成分との相乗効果で美味しさが引き立ちます。

フルクトース（果糖）測定値
※オリーブ飼料無給与平均を100とした場合



肉質検査（ロース肉：香川県産業技研センター）

■ 出荷量 ／ 約16,000頭/年


※調理例です。

全国屈指の養鶏県から生まれた「オリーブ地鶏」。



ここがオススメ!! CHECK
・旨味と甘味成分が豊富
・心地よい歯ごたえ

No.61 オリーブ地鶏

オリーブ関連産品　香川県オリジナル

全国屈指の養鶏県から生まれた地鶏

香川県は全国有数の養鶏県。その優位性を生かして、独自の改良を進め、美味しさにこだわった「讃岐コーチン」と「瀬戸赤どり」の二つの地鶏を開発しました。

これらの地鶏に、出荷前2週間以上、オリーブ飼料を0.5％以上配合した飼料を給与したものが「オリーブ地鶏」です。

オリーブ飼料で実現した旨味の二重奏

オリーブ飼料の給与によって、旨味や甘味成分が高まることを確認しました。

特に、「グリシン」や「コハク酸」が豊富に含まれ、地鶏特有の適度な歯ごたえとコクに加え、旨味の二重奏とも言える豊かな味わいの地鶏を実現しました。

■ 出荷量 ／約13,000羽/月

グリシン測定値

コハク酸測定値

香川県畜産試験場調べ


※調理例です。

新・讃岐ふうど記

水産品

この活きの良さと
艶やかな輝きは
香川県魚の威風。

瀬戸内海に浮かぶ養殖場から運搬船に移すためにすくい上げられたハマチ。

No.62 牛乳

飲んでよし、食べてよし、元気な乳牛のおいしい牛乳です。

牛乳は良質なたんぱく質やカルシウム、ビタミンなどの栄養が豊富で、育ち盛りのお子様の成長を応援する他、骨粗しょう症の予防にも効果的です。香川県は、温暖な気候風土に恵まれ、健康に育った牛から酪農家は毎日、安全・安心で良質な牛乳の生産に努めています。また、自家産牛乳でアイスクリーム等乳製品の製造販売など六次産業化に取り組む農家もあり、新鮮で濃厚な乳製品は、人気があります。



No.63 ハチミツ

讃岐の豊かな自然から生まれた蜜は、とろ〜り濃厚なハチミツに。花や果物の生産が盛んな瀬戸内海側が、ハチミツの主な生産地です。風味豊かな香りと程良い甘さはクセになるおいしさ。





No.64 鶏卵

香川県は全国有数の養鶏県で、鶏卵の生産も盛んです。飼養衛生管理のもと、トウモロコシや大豆油かすなど餌にもこだわって飼育された鶏の卵は美味。ビタミンEを強化した卵など様々な鶏卵があります。

No.65 ハマチ

香川ブランドハマチ三兄弟

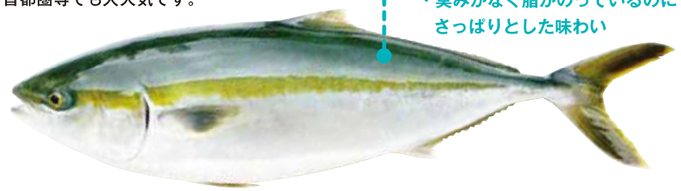
東かがわ市引田で養殖されている「ひけた鰤」と
直島町の「なおしまハマチ」、
オリーブの葉の粉末が入った餌を与えた「オリーブハマチ」。
香川県では、これらを「香川ブランドハマチ三兄弟」と呼んでいます。

オリーブハマチ（オリーブぶり）

オリーブ関連産品　香川県オリジナル

オリーブの葉の粉末を2%以上添加したエサを
20日以上与えたハマチ。
オリーブの葉のポリフェノールの効果で、
酸化・変色しにくい肉質に改善、
さっぱりとした味わいのオリーブハマチは、
首都圏等でも大人気です。

ここがオススメ!! CHECK
- 長時間鮮度が維持
- 臭みがなく脂がのっているのに
  さっぱりとした味わい



なおしまハマチ（なおしま鰤）

海藻粉末を餌に混ぜ、流れの速い海域で育てられます。
月一回の健康チェックもポイント。



ひけた鰤

大きな生簀でゆったりと、
厳選された餌で育てられます。



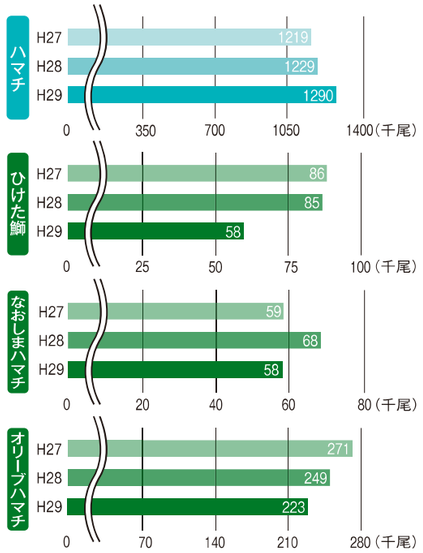
ハマチ養殖の本場

成長とともに「モジャコ」「ツバス」「ハマチ」と呼び名が変わる出世魚。香川県の東かがわ市引田は日本で初めてハマチの養殖に成功した地です。ハマチは9月～1月にかけて出荷され、県内の漁業を支える重要な魚として「県魚」に選ばれています。

産地MAP



過去3年の生産量



旬カレンダー



ハマチを使ったおすすめメニュー

さぬき巻き（ハマチの海苔巻き）

脂ののった新鮮なハマチを生で味わいたい人へ。ノリの上に酢飯を敷き、ハマチをのせてクルッと巻くだけ。ハマチの養殖とともに香川県の漁業を支えるのが、ノリの養殖。そのノリを使ったハマチの海苔巻きはまさに、瀬戸内海を代表する海の幸が一度に味わえると好評です。

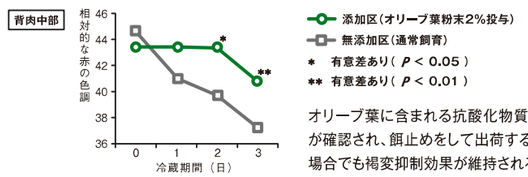


讃岐出世鍋（ハマチのしゃぶしゃぶ）

ハマチをしゃぶしゃぶにすることにより、脂が適度に落ちてあっさりと食べられます。サッと湯にくぐらせたハマチをレタスと一緒に食べるのがおすすめ。レタスは軽くゆでて4cm程度に切って準備しておくのがポイント。味噌ダレやポン酢などでどうぞ。



オリーブハマチ調理後の肉質維持（4日間の絶食魚における血合筋の色調の変化）



オリーブ葉に含まれる抗酸化物質による肉質改善効果が確認され、餌止めをして出荷する流通現場を想定した場合でも褐変抑制効果が維持されることがわかった。



No.66 ハモ

季節によって2度楽しめる味

ハモは、古くから関西方面で親しまれてきた魚ですが、近年では香川県でも漁獲が目立つようになりました。旬はあっさりとした味が楽しめる梅雨から7月と、濃厚な味が楽しめる晩秋の2度あります。

温度管理を施した高品質な「小豆島 島鱧」

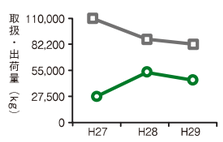
「小豆島 島鱧」とは小豆島で新たにブランド化されたハモのことで、明確な4つの基準を満たしたハモのみが名乗ることができます。

「小豆島 島鱧」は、適切な温度管理が施された水槽で少なくとも1日蓄養されることにより、ハモのストレスが抑えられ、高品質なハモに仕上がっています。主に関西方面へ活魚で出荷されている他、骨切り加工品等が販売されています。



水産品

高松中央卸売市場でのハモの取扱量と「小豆島 島鱧」の出荷量



旬カレンダー



「小豆島 島鱧」の4つの基準

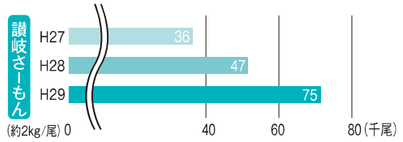
1. 小豆島近海で漁獲されたハモであること
2. 資源管理の側面から、重量が「300g以上、2kg未満」であること
3. 曳網時間が1時間程度の短時間であること
4. 漁獲から1日以上蓄養したもの

香川県オリジナル

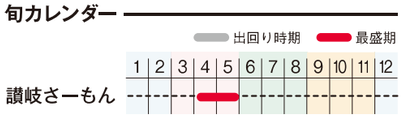
No.67 讃岐さーもん

香川県の海で養殖されたトラウトサーモン（海面養殖ニジマス）。瀬戸内海の水温が低下する12月に25cm程度の稚魚を網生け簀に入れ、約5カ月かけ育成。毎年4月上旬から5月末まで期間限定で出荷されます。冬から春にかけての瀬戸内海の水温はトラウトサーモンの生育に適しており、また、4種類のハーブを与えることにより、臭みがなく適度に脂がのった「讃岐さーもん」に育ちます。さぬき市、直島町、東かがわ市で養殖されています。





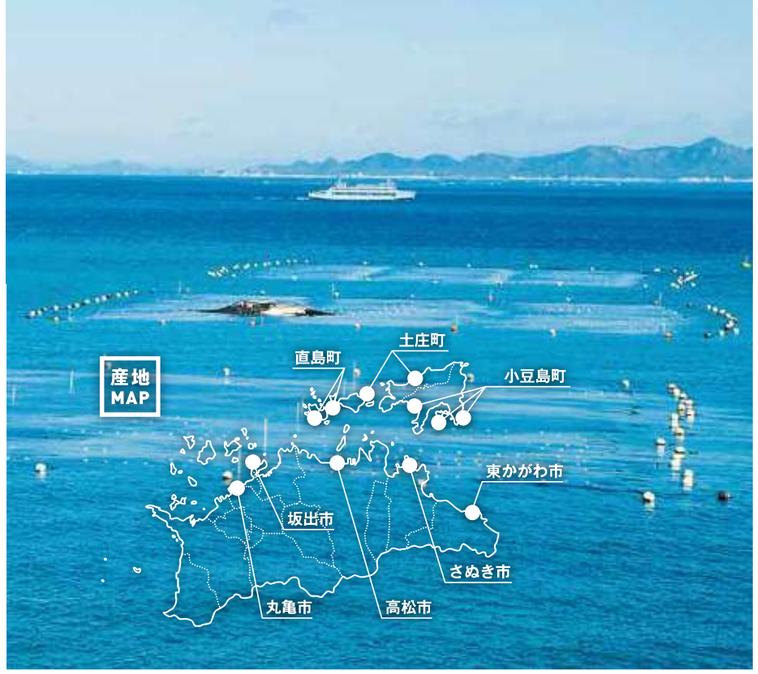
旬カレンダー



No.68 ノリ

県の漁業を支えるノリ養殖

現在市販されているノリのほとんどは、養殖により生産されています。香川県は瀬戸内海におけるノリ養殖の主要な産地。左の写真のように、ノリ網に浮を付けて海面に浮かべる「浮流式」で養殖されています。全国5～6位の生産量を誇る、県内漁業を支える重要な産品です。



瀬戸内海のミネラルたっぷり

ミネラル豊富な讃岐の海で育ったノリは「海の野菜」と呼ばれるくらい栄養満点。加えて、11月～12月に各産地で最初に摘み採られた初摘みノリは、やわらかい歯触りと香り高い風味が際立ちます。香川県では一定の基準をクリアした「〝初摘み〟香川県産ノリ」を原料とした加工品について、平成21年度から認証制度を設けました。

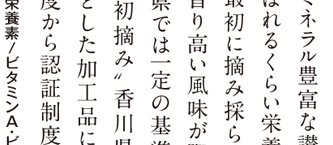
主な栄養素／ビタミンA・ビタミンB群・ビタミンC・マグネシウム など





過去3年の生産量

旬カレンダー



ワンポイントアドバイス

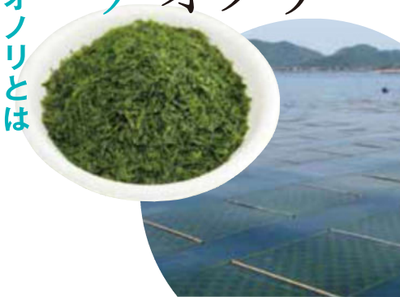
香川県産のノリは磯の香りと旨味が豊かで、程よい塩気と甘みを有し、パリパリと歯切れ、口溶けが非常に良く、おにぎりや海苔巻き、軍艦巻きなどに最適です。和食屋さんや寿司店などには、ぜひ一度お試しいただきたい香川県のノリです。


おにぎり

スジアオノリとは

スジアオノリは、食用とされる青のり類の中で、最も香りが高く美しい品種ですが、香川県でも近年、スジアオノリ養殖が始まり、河口域を中心に生産が拡大しています。収穫時期は4月から6月です。

スジアオノリは乾燥粉末として、お好み焼きや焼きそばにふりかける他、ポテトチップスなどのお菓子のアクセントとしても活躍しています。



No.71 ナシフグ（讃岐でんぶく）

トラフグよりも安価でおいしい人気のフグです。旨味、甘味があり、「てっさ」「から揚げ」「鍋」など何にでも合うコクのあるフグです。香川・岡山県海域など、全国でも一部の海域のみ漁獲が許可されています。





No.70 タチガイ（タイラギ）

貝柱が大きくておいしいため、「貝柱」や「柱」とも呼ばれています。身がしっかりして甘味もあり、ホタテガイより上物として扱われています。香川県では、12月～4月が漁獲時期であり食べごろ。備讃瀬戸海域は全国有数の産地です。

No.72 サワラ

サワラ（鰆）は春を代表する魚。2kg以上のものを「サワラ」、2kg未満のものは「サゴシ」といいます。サワラの味噌漬けや押し抜きずしは、讃岐の郷土料理。漁獲量は減少傾向にありましたが、瀬戸内海全体で資源管理に取り組み、最近は豊漁になっています。

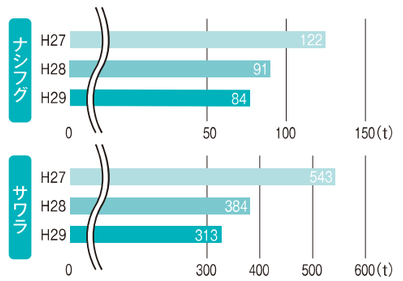


No.73 トラフグ

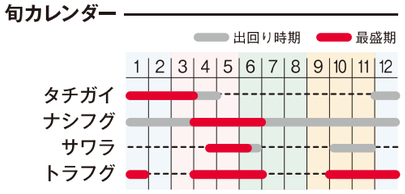
肉質は白身で、フグ類のなかでは最も美味と言われています。てっさ（刺身）、てっちり（鍋）、から揚げなどの味覚は絶品。高級料理でしか味わえない魚でしたが、天然魚に加え、養殖生産量も増え、流通も安定してきました。



過去3年の生産量



旬カレンダー





No.85 キジハタ（アコウ）

「アコウ」は「ハタ」の仲間で、姿形が美しく、美味。旬は春から秋。県内で獲れる魚のなかで最も値段が高く、大きなサイズのものは料亭向けでしたが、近年放流により増加傾向にあり、店頭にも並ぶようになりました。刺身や煮付、うしお汁に最適。



No.84 イカナゴ

春の訪れを感じるころになると体が太り、脂がのってきます。近年は、小型魚が釘煮で食されます。サッと湯がいた釜揚げは早春の味。イカナゴを原材料としたイカナゴ醤油も特産品です。



No.83 マナガツオ

関西より西に多く生息し、東日本ではほとんど獲れないようです。そのため大変貴重な高級魚とされています。夏になると産卵のため瀬戸内海へ入り込むことから、香川県の夏を代表する魚です。何といっても刺身が絶品です。



No.88 ワタリガニ（ガザミ）

水温が下がる時期から甲羅が硬くなり身が詰まってくるので、晩秋から冬にかけてが旬とされています。メスの甲羅の中には、冬から春にかけて内子が詰まり絶品です。またワタリガニは、瀬戸内海が全国最大の漁場。高値で販売されています。



No.87 タケノコメバル

タケノコの時期においしく食べられることなどが名前の由来。昔は普通に見られた魚でしたが、1970年代に激減しました。香川県では平成10年から種苗生産に取り組み、大量生産に成功。放流により、徐々に漁獲が増えてきました。



No.86 メバル（メバル、カサゴ）

1年を通して漁獲され、年中おいしいのですが、特に「イカナゴ」を食べて太った春から夏にかけて旬を迎えます。煮付け、塩焼き、から揚げ、味噌汁などといった家庭料理に向いています。

旬カレンダー

出回り時期　最盛期

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
クルマエビ	・	・	・	・	・	・	■	■	■	■	■	■
マダイ	■	■	・	■	■	・	・	■	■	■	■	■
カンパチ	・	・	・	・	・	・	・	・	・	■	■	・
ゲタ	■	■	■	■	・	・	・	・	・	・	■	■
マダコ	・	・	・	・	・	・	■	■	■	■	・	・
イイダコ	■	■	■	・	・	・	・	・	・	・	■	■
小エビ	・	・	・	・	・	■	■	■	■	■	・	・
アナゴ	・	・	・	・	■	■	■	・	・	・	■	■
カキ	■	■	■	■	・	・	・	・	・	・	■	■
マナガツオ	・	・	・	・	・	■	■	■	■	・	・	・
イカナゴ	・	■	■	・	・	・	・	・	・	・	・	・
キジハタ（アコウ）	・	・	・	■	■	■	■	■	■	・	・	・
メバル(メバル、カサゴ)	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
タケノコメバル	・	・	・	■	■	■	■	■	■	・	・	・
ワタリガニ	■	■	・	・	・	・	・	■	■	■	■	■
ベイカ	・	・	・	・	・	■	■	■	■	・	・	・
コウイカ	・	・	■	■	■	■	・	・	・	■	■	■



No.89 ベイカ

胴長は6～10cm程度と、イカ類のなかでも小さい部類です。主に有明海と瀬戸内海に生息し、流通量は多くありませんが、手ごろな惣菜として親しまれ、特に春には胴に卵を持つため珍重され、その煮付けは春の逸品。



No.90 コウイカ

春から初夏が旬。胴の先を触ると針が出ているようなので、「ハリイカ」とも呼ばれます。香川県で獲れるイカのなかでも比較的多く獲れる種類です。身は肉厚で、刺身はねっとりとした食感があり、煮付けや天ぷらにも最適。



No.75 マダイ

春の「桜ダイ」、秋の「紅葉ダイ」が脂ののりが良く、おいしいとされています。大昔から名高い産地である讃岐の鯛は、強い潮流にもまれ、歯ごたえがあり旨みが強い。塩とともにわらで包んで蒸し焼きにした浜焼きは、讃岐の特産品。



No.78 マダコ

最大で約3kgにもなるマダコは、タコのなかで足が太いのが特徴です。県内産魚介類のなかでも生産量の多い、重要な産品です。年中獲れますが、特に夏から秋にかけてたくさん獲れます。



No.82 カキ

一般にカキとはマガキを指します。夏には産卵で身がやせますが、水温が低くなるとともにふっくらと身が詰まり、10月～4月に出荷されます。「海のミルク」といわれるほどに旨味と栄養が豊富。1980年頃に高松市牟礼町で始まったカキ焼きは名物になっており、全国に広がりました。

No.74 クルマエビ

エビのなかでもすこぶる美味。成長も早く、香川県では最も大きくなるエビです。水から出しても長時間生きているので、贈答用にも最適です。天然エビの漁獲量が減少しているため、稚エビの放流が盛んに行われています。

養殖では平成26年に、オリーブオイル採油後の果実を使用したオリーブ飼料で育てた「オリーブ車海老」の生産が始まりました。「オリーブ車海老」は、苦味のあるアミノ酸が少なく、甘い・旨い・すっきりと三拍子そろった養殖エビです。



オリーブ関連産品　香川県オリジナル

オリーブ車海老



No.77 ゲタ（ウシノシタ）

2～3種漁獲され、いずれも11月から3月に獲れるものは身が太っていて、おいしいとされています。香川県では年中獲れ、ムニエルや煮付けにしてもおいしい。漁港や底びき漁船の上で寒風にさらされる「干しゲタ」は、小豆島の冬の風物詩です。



No.76 カンパチ

暖かい海に生息するので香川県内での天然物の漁獲はわずかですが、養殖はハマチの次に多く、肉質の良い魚です。



No.79 イイダコ

大きさが5～20cmとタコのなかでも小さめ。胴に小さな米粒形の卵が詰まるため「イイ（飯）ダコ」といわれています。瀬戸内海はイイダコの産地で、秋から早春に多く獲れます。卵が詰まったものを煮付けにすれば、独特の食感が楽しめる逸品に。



No.80 小エビ

塩ゆでやかき揚げ、活きがいいものは生で食べるのが一番です。瀬戸内海では、初夏から秋に多く獲れ、特に夏から初秋にはその年に生まれた新子が大量に獲れます。県内では網目の大きさを漁業者間で取り決め、小さすぎる小エビは獲らないよう自主規制をしています。

No.81 アナゴ

全国的に1年中獲れ、季節により味が落ちることはありません。稚魚は半透明で、夏に爪楊枝程の大きさとなり、その後50cmぐらいまでの「2～3年魚」が香川県内で獲れます。煮付けや天ぷらにするのが最適。





No.93 スズキ

夏に脂がのっておいしい魚。成長とともに「セイゴ・セイ」「ハネ」「スズキ」と名前が変わる出世魚です。スズキといえばまず洗いですが、刺身や塩焼き、煮付けと何にでも使える魚です。



No.92 ナマコ

旬は冬。春に産卵し、15～20cmぐらいに成長するまでの期間（4月～10月）、県漁業調整規則により獲ることが禁じられています。最近は中華料理の食材として高値で取引されることが多くなっています。古くから、小豆島と東讃地方が全国的な産地です。



No.91 シリヤケイカ

胴の裏側の先から赤茶色の液体を出すことから、「シリヤケイカ」といわれています。安いので、香川県では比較的人気が高い食材です。木の芽和えや、天ぷら、刺身などでいただくのがおすすめ。加工品として使われることも多い。



No.96 シャコ

子を持つ春から夏が旬。ゴソゴソ動く新鮮なものを塩ゆでにして、熱々を殻をむきながら食べるのが一番。観音寺のむきシャコは、にぎりずしのネタとして全国的に有名ですが、近年は漁獲量は減少傾向にあります。



No.95 オコゼ（オニオコゼ）

成長が遅く、漁獲サイズになるのに3年以上かかりますが、香川県での漁獲量は放流により増加しました。小型魚は安くなりから揚げ、刺身、味噌汁でたいへん美味。最近は毒のある背びれを除いて売られていることも多く、家庭でも調理しやすくなっています。



No.94 カワハギ

体形が「ウマヅラハギ」に比べ丸いので「マルハギ」とも呼ばれます。香川県内で獲れるのは小型ですが、白身で締まった身と肝がおいしい魚です。刺身や煮付けで美味。春にはウマヅラハギが多くとれます。



No.99 サヨリ

下あごの先端が紅色で、この色が鮮やかなものほど鮮度が良いとか。淡白な身は、さっぱりとした上品な味。身が透き通るように美しいので、それを生かした糸造りなどの刺身にされます。鮮度落ちが早いので、早めの下ごしらえが必要。



No.98 カレイ

香川県で獲れるカレイは、マコガレイとメイタガレイが主。マコガレイは「花見ガレイ」とも呼ばれる春から夏が特においしいが、近年減少しています。メイタガレイは、漁獲量が多く、やや小ぶりで、手ごろな惣菜として煮付け、から揚げが人気。



No.97 ヒラメ

天然物は春の産卵期の4月･5月は身がやせてやや味が落ちますが、秋から冬にかけては身が締まりおいしくなります。何で食べても美味しい魚です。近年は、放流の効果が現れて漁獲量は増加傾向にあります。



No.102 ミルガイ（ミルクイガイ）

冬から春先が旬。黒くて太い水管ですが、この黒い皮をはいだ水管は美味な高級食材となります。乱獲により激減し、現在は多くは獲れませんが、最近放流に向けた取組みが始まりました。



No.101 キス

旬は、晩春から夏。味は年中変わりませんが、鮮度によって味が違ってきます。新鮮なものは透明感のある身で、脂が少なく上品な味です。刺身や塩焼き、天ぷら、すしの具、干物などにもできる万能な魚です。



No.100 セトダイ（ビングシ）

関東ではまとまった数が獲れないため、出回ることが少ないようです。瀬戸内海では多く獲れることから、この名前が付いたとか。熱帯魚に似ていますが、実はかなり美味。煮付けはもちろん、塩焼きや刺身にしてもおいしい魚です。



No.105 キュウセン（ベラ、ベロコ）

関東ではあまり流通しない魚です。住み場や餌などでおいしさが変わるといわれていますが、環境に恵まれた瀬戸内では高級魚とされています。大型のものは塩焼きに、小さめのものは素焼きにしてから煮たり、二杯酢や南蛮漬けにしたりします。



No.104 シズ（イボダイ）

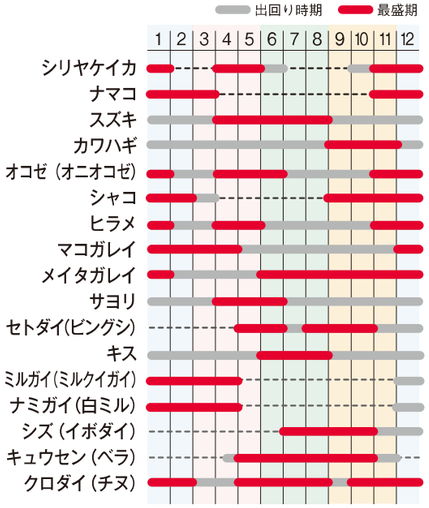
香川県においては近年、漁獲量が増加傾向にあり、夏から秋によく獲れます。身は白身でくせがなく、安くておいしい惣菜魚です。煮付けや、スダチをちょっとかけた塩焼き、干もの、三杯酢などが美味。



No.103 ナミガイ（白ミル）

ミルガイよりも太く長い水管を持っています。ミルガイが激減したため、本種が代用品として店頭に並ぶようです。香川県では盛んに獲られた昭和60年ごろ、年間3,000tもの水揚げがありましたが、今ではかなり少なくなっています。

旬カレンダー





No.106 クロダイ（チヌ）

初夏の産卵期前後は味が落ちますが、秋から冬にかけて大変おいしくなります。タイに比べて移動範囲がせまく、県内で一生を過ごすものが多いようです。刺身や塩焼き、煮付けが一般的で、地域によってはチヌ飯などの郷土料理もあります。



新・讃岐ふうど記

水産加工品

ここがオススメ!!
CHECK

・漁獲して新鮮なまますぐに加工
・無添加でカルシウムたっぷり

No.107 いりこ

繊細に、素早く

写真をよく見ると、船が二隻いることが分かりますか。これは「二そう船びき網（パッチ網）漁」の様子。いりこの素材であるカタクチイワシに出来るだけストレスをかけずに獲るためのノウハウが詰まった漁法なのです。

一貫生産で全国ブランド

伊吹島近辺で獲れたイワシは海水氷で満たした高速運搬船にすぐさま移し、直ちに帰港。海岸沿いに建つ加工場へはホースで送り、即煮沸します。この間、わずか30分～1時間。漁獲から加工までを網元が一貫して生産する体制が整っているおかげで、上質な全国ブランド「伊吹いりこ」が出来上がるのです。

オリーブ関連産品



煮干しの特徴でもある独特の香り（魚臭）は、好みが分れる要因であり、敬遠する方もいます。
この問題を解決するため伊吹漁協では小豆島オリーブの葉を混ぜて、香り（魚臭）はもちろん、苦み・渋みも少なく、内臓や頭部を取り除かなくても簡単に出汁に使えるようになりました。さらに、内臓に含まれる脂質の酸化が抑制されるため、品質の低下を抑える事にも成功しました。

いりこの“種類（銘柄）”はサイズで決まります。

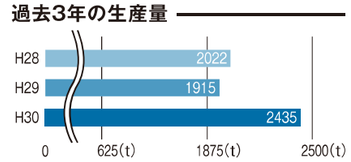
いりこの銘柄	銘柄／サイズ	水揚げ時期	容　姿
	大羽（オオバ） 8cm以上	6月上旬～下旬	
	中羽（チュウバ） 6～8cm	7月下旬～9月上旬	
	小羽（コバ） 4～6cm	7月中旬～8月上旬	
	かえり 3～4cm	7月上旬～中旬、9月中旬前後	
	ちりめん 1～3cm	6月中旬～7月中旬、9月中旬前後	

※香川県での平年の漁獲時期です。※その年の気象状況により変化があります。



通常、瀬戸内産
カタクチイワシは、
白口のものが上級とされ、
そのなかでも皮鱗のついた
「銀付き」と呼ばれるごく一部が
最高級に位置づけられています。

過去3年の生産量



No.109 ボイルマダコ（さぬき蛸）

ボイルすることで余分な水分が出て、タコが持つ肉質の甘味を引き出します。県内では夏から秋ごろに良く獲れます。豊富な餌を食べ、瀬戸内海の複雑な潮流にもまれて元気に育ったタコ。ボイルすれば、しっかりとした歯応えと磯の香りが楽しめる逸品に。





No.108 ちりめん（しらす）

カタクチイワシの稚魚を新鮮なうちに釜揚げにしたのが「釜揚げしらす」、乾燥したのが「しらす干し」、さらに乾燥させたのが「ちりめん」です。カルシウムが豊富で栄養満点。主に東讃地域で「しらす」が、西讃地域で「ちりめん」が作られています。



No.110 ゲタの干物

漁港や底びき漁船の上で寒風にさらされ、半乾きとなったゲタの干物を軽く火であぶると、骨から身が浮き、食べやすくなり酒の肴に最高。直販がほとんどなので手に入りにくい品ですが、小豆島では冬の風物詩となっています。

No.111 味噌漬け

塩漬けして水分を抜いたサワラ、マナガツオ、マダイなどに、白味噌などで作られた調味料をたっぷり塗って漬け込んだもの。香川県で味噌漬けといえば「サワラの味噌漬け」のこと。こんがり焼くと味噌の香ばしい香りが食欲をそそる、讃岐を代表する郷土料理です。





No.113 天ぷら（練り製品）

魚肉のすり身に塩や砂糖などで味付けをして油で揚げたもので、香川県では「讃岐天ぷら」といい、100年以上も前から親しまれています。うどんにのせて食べるのもおすすめです。

No.112 佃煮



温暖な瀬戸内海で育まれた活きの良い海産物などを佃煮・くぎ煮にしました。醤油と砂糖で甘辛く炊いた佃煮は、旨味が凝縮され醤油の香ばしい香りが食欲をそそります。ご飯にのせるだけで贅沢な逸品に。小豆島の特産品の一つです。

新・讃岐ふうど記

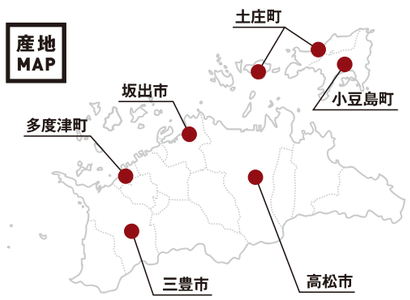
オリーブ製品

瀬戸内の温暖な気候風土が生む香川県を代表する特産品。

香川県でオリーブ栽培が始まり110年余。

明治40年に、農商務省（当時）の指定を受け、翌年4月22日に、香川県農事試験場（当時）が、香川県小豆島でオリーブの苗木を植栽。我が国の産業としてのオリーブ栽培の始まりです。その後、食品産業を発展させる基盤整備や、オリーブの島として観光に積極的に取組み、小豆島は、名実ともにオリーブの島となりました。最近では、小豆島以外の地域での生産も拡大しています。





オリーブ関連産品

No. 114

オリーブ製品

生産者の創意工夫により権威ある国際コンテストに次々と入賞！

香川県のオリーブは傷をつけないよう一粒ずつ手摘みで収穫し、丁寧に選別しています。オリーブオイルの生産においては、生産者が個別に導入しはじめた「小型採油機」の存在が見逃せません。オリーブオイルは、品種・気象条件・管理状態・収穫時期によって、味も香りも変わるため、小型採油機を個別に導入することにより、それぞれが理想的なタイミングで、思い通りの味と香りを採ることができるようになっています。結果として、「ロサンゼルス国際エキストラバージンオリーブオイル品評会」のほか、「ＦＬＯＳ ＯＬＥＩ（イタリアで出版されている世界オリーブオイルガイドブック）」、「ソレント・ゴールデン・マーメイド賞」などの権威ある国際品評会で多数の製品が入賞。香川県で採油したオリーブオイルのほとんどは最高品質のエキストラバージンオリーブオイルであり、味と香りでも高く評価されています。平成26年度から行われている「かがわオリーブオイル品質表示制度」において県産オリーブオイルのほとんどがプレミアム基準を満たしています。


オリーブ新漬け

健康志向でニーズの高まるオリーブ製品

オリーブオイルは、食用だけでなく、化粧品としても人気を集めています。また、オリーブ茶やペースト、新漬けなどの商品も展開されています。新漬けオリーブは、オリーブの実を収穫後、時間を置かずに渋抜きをして、塩水につけ込んだもの。収穫期の秋ごろから流通しはじめるのを毎年楽しみにしているファンも多いとか。オレイン酸や抗酸化物質が豊富に含まれているとされているオリーブは、消費者の健康志向の高まりとともに、様々な用途で需要が高まっています。

「かがわオリーブオイル品質表示制度」のマーク

オリーブオイル



オリーブ化粧品ボディクリーム



その他オリーブ製品



オリーブ木工製品



ワンポイントアドバイス

香川県産のオリーブオイルは、フルーティーでまろやか。甘味、苦味、辛味が調和し、洋食はもちろん、和食にも合うオイルです。冷奴や焼き魚、野菜の煮物などにそのままかけて食べると料理の味わいをいっそう豊かにしてくれます。


オリーブオイルで食べる冷奴

新・讃岐ふうど記
麺類

香川県産品の代表格 今や全国区の讃岐うどん。

No.115 うどん

香川県とうどん

香川の食を代表し、こよなく愛され続ける讃岐うどん。うどんが生活に根ざした背景には、香川の風土が小麦の栽培に適していたことが挙げられます。古くから塩や醤油の生産も盛んで、だしに使いいりこの一大産地でもありました。現在、県内に６００店を超すうどん店があることからも、県民の生活との密接なかかわりがうかがえます。また、香川県のうどんの生産量は、ゆでうどん・生うどん・乾燥うどんのいずれをとっても日本一です。讃岐うどんのために開発された香川県オリジナル小麦「さぬきの夢」（P23参照）の誕生でさらにおいしくなりました。

小麦年間生産量／６０５０ｔ（２０１８年産）









おいしさはコシとなめらかさ

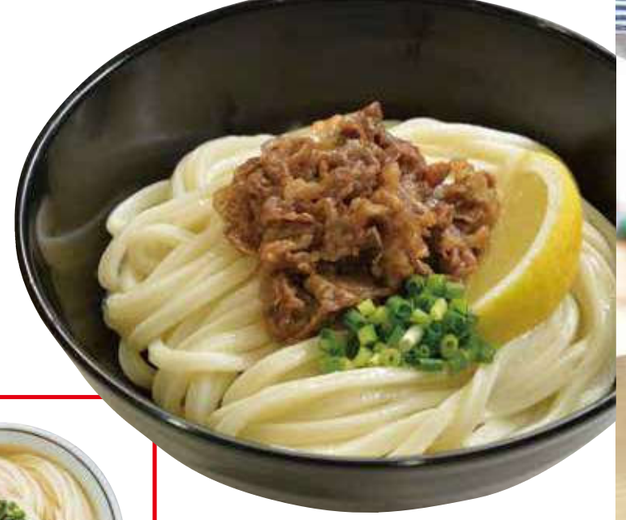
讃岐うどんの特徴は、なんと言ってもつややかな麺のコシと、つるりとした舌触り。ツウは、「ノドで感じる」と言うほど、のどごしの良さも見逃せません。それでいながら、噛むほどに感じられる小麦のほのかな香りもポイントです。県内のうどん店は、小麦、塩、それにダシに使う醤油やいりこなど、自然の恵みを生かして、それぞれに独自性あるうどんを提供しています。それぞれの商品にこだわりがあり、食べ方も、シンプルな「かけうどん」や「ざるうどん」のほか、「ぶっかけうどん」や「生醤油うどん」、「釜玉うどん」など、バラエティに富んでいます。





オリーブ牛肉うどん

オリーブオイル採油後の果実を飼料に混ぜて育てた香川のブランド牛「オリーブ牛」と、うどん県産小麦「さぬきの夢」が融合したザ・JAPANプレミアムうどん。とろけるようなオリーブ牛のなめらかさと、さぬきの夢を使ったコシのある讃岐うどんのバランスが絶妙！農林水産省の「第2回 地場もん国民大賞」銀賞受賞。



年明けうどん

年の初めに食べる「年明けうどん」は、純白で清楚なうどんに“紅”を添えて、1月1日から1月15日までの間に食べることにより、その年の幸せを願うものです。添える“紅”とは、蒲鉾や梅干しなど、紅いものであれば、何でも構いません。香川では、食文化である「あん餅雑煮」を讃岐うどんに取り入れた“紅いあん餅”入りの年明けうどん「さぬきの年明けうどん」も誕生しています。



No.116 手延べそうめん

県外市場でも高評価

手延べそうめんは、瀬戸内海に浮かぶ小豆島の特産品であり、島の重要な産業の一つとして発展してきました。その技が伝えられたのは、慶長３年（１５９８年）。当時、島の人がお伊勢参りに出かけた道中、奈良県の三輪地方でそうめんづくりを見聞し、技法を習得。その後島へ持ち帰ったといわれています。現在、オリーブ、醤油、佃煮などと並ぶ島の特産品として高い評価を受けています。

安全でおいしい！

手延べそうめんの生産地として４００年以上の歴史がある小豆島。小豆島手延素麺協同組合のブランド商品「島の光」は、全国的にも珍しく純正ごま油を使用しています。ごま油の酸化しにくいという特性もあって、味の良さを保っているのです。また、検査員による厳重な検査で、高い品質を保っています。



緑色のそうめんは、
「手延べオリーブそうめん」。
オリーブの果実を練り込み
表面には純粋オリーブ油を塗った
オリーブの産地小豆島ならではの逸品。





新・讃岐ふうど記
調味料

何世紀にもわたる歴史が育てた讃岐の醤油づくり。 No.117 醤油

伝統の味を受け継いで

香川県で醤油づくりが始まったのは、４００年以上も前のこと。その当時、大坂城を築くための石材を小豆島から切り出しており、各地から手伝いに来た人たちが醤油を島に持ち込みました。その醤油に興味を持った島人が、製造方法を教わって島の醤油をつくり始めたといわれています。

醤油づくりに恵まれた讃岐

香川県は昔から醤油の原料となる塩が豊富で、良質の大豆と小麦にも恵まれ、また温暖な気候が醸造に適していました。これらを背景として、現在は小豆島を中心に、坂出市、東かがわ市、高松市などで醤油が製造されており、全国有数の生産地となっています。中でも小豆島は、伝統ある「木桶仕込醤油」の最大産地となっており、醤油蔵や佃煮工場が軒を連ねる「醤の郷」では、１００年以上前から続く天然醸造蔵を見学できるなど、香川県の貴重な観光資源にもなっています。







ワンポイントアドバイス

香川県の醤油は、まろやかでコクのある味わいと芳醇な香りが特徴です。様々な料理を引き立てるのはもちろん、そのままをうどんにかけて食する「ぶっかけうどん」や、生卵と合わせて食べる「卵かけごはん」などもおすすめ！近年では、ソフトクリームやお菓子にも用いられるなど、スイーツとの相性も抜群です。



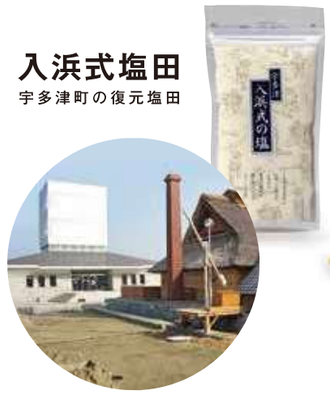
No.118 塩

瀬戸内海に面した香川県には、古くからの製法を受け継いだ二つの代表的な塩があります。

古くからの塩づくりの産地

香川県は温暖な気候で雨が少ないため、昔から塩づくりが盛んに行われてきました。製塩方法の進歩の過程において、高松藩天文測量方・久米栄左衛門（通賢）が、現坂出市街北部に広大な「入浜式塩田」を完成させ、それが技術的に優れていたことから、塩田開発のモデルとしてその後の発展につながりました。入浜式とは、潮の干潮と満潮との差を利用した江戸時代前期に開発された製法です。

入浜式塩田
宇多津町の復元塩田





香川県の塩は、キャラメルやアメなどのお菓子や様々な加工食品にも使用されています。

海藻のミネラルたっぷり

日本で最も古い塩づくりの方法は、弥生時代から始まった「藻塩焼き」。藻塩は、ホンダワラなどの海藻と海水からつくられます。藻塩は先人の知恵が詰まった、旨味たっぷりの塩です。

藻塩
もしお



香川県には数社の藻塩の製造メーカーがあります。

No.119 味噌



郷土料理に欠かせない味

香川県の味噌といえば白味噌です。コクのある風味とさっぱりした甘みが特徴の白味噌は、香川県では「甘味噌」とも呼ばれています。現在も香川県の食文化を支える欠かせない食材となっており、お正月に食べるあんもち雑煮や、家庭の食卓にも身近なサワラやマナガツオの味噌漬けなど、讃岐ならではの郷土料理に使われています。主な生産地は高松市や観音寺市、坂出市などです。



No.120 希少糖

ここがオススメ!! CHECK
- カロリーがほぼゼロ
- 食後の血糖値上昇をおさえる
- 砂糖の７割程度の甘さ



D-プシコース（アルロース）

かがわ発、産学官連携で開発

希少糖とは、自然界に僅かしか存在しない単糖（糖の最小単位）のこと。自然界に多量に存在する単糖は、ブドウ糖、果糖など7種類であり、残りは全て希少糖です。希少糖は、種類にして50種類ほどあるものの、量としてはほとんど存在しないため、研究を進めることが困難でした。しかし、平成３年に香川大学農学部の何森　健教授（当時）が、安価な果糖から希少糖を作り出す酵素を発見。これを足掛かりに、全ての希少糖の生産法が確立され、研究が進められるようになりました。香川大学を中心とした香川の産学官には、希少糖の生産、性質解明、応用開発の３つの分野における高い技術があります。産学官が連携して、世界をリードする研究・開発が進められています。

希少糖の利用

希少糖の生産が実現し、研究が進められると、人の健康面で様々な機能があることが明らかになってきました。希少糖の一つであるD-プシコース（アルロース）は、カロリーがほぼゼロで、砂糖の７割程度の甘さを持つ糖。食事と一緒に摂ることで、食後の血糖値上昇を抑えるので、糖尿病の改善や予防の効果が期待されています。また、脂肪の蓄積を抑え、動脈硬化の予防にも役立つ作用があることもわかってきており、世界中で、糖尿病や肥満を克服する素材として大きな注目を集めています。現在、D-プシコース（アルロース）などの希少糖を含むシロップを使った多くの商品が全国で誕生するなど、甘味料としての応用開発が先行している希少糖ですが、医薬品や農業分野での応用研究も進められており、将来、様々な分野で社会に広く利用されることが期待されています。





No.121 希少糖含有シロップ

香川県で生まれた夢の糖「希少糖」を含む甘味料。D-プシコース（アルロース）などの希少糖を15%ほど含んでいます。低GI※でまろやかな甘さがありながら、後味はすっきりとしています。シロップ状なので、素早く素材になじみ調理時間の短縮にもなります。香川県で生産され、全国で販売されています。

※GIとは、食後血糖値の上昇を示す指標、グリセミック･インデックスの略です。

No.122 白下糖

サトウキビの自然な甘味

ミネラル分を多く含んだ白下糖は、綿、塩とともに「讃岐三白」の一つ。冷え込みが厳しくなる12月初旬ごろからつくり始めます。まず、サトウキビの搾り汁を釜で煮込みアク抜きをした後、カキ殻の粉を入れて中和。さらに煮詰め、素焼きの壷に入れて冷やせば、白下糖の完成です。煮物などに入れれば、いつもとは一味違う上品な味わいに。





No.123 香川本鷹

輸入品に押されて、姿を消していたスパイス。平成18年、産地であった塩飽諸島の活性化を目的に、香川県や丸亀市などが協力し、幻のトウガラシ「香川本鷹」の復活に向けた取組みがスタートしました。一般的な「鷹の爪」と比べて約2～3倍もの大きさ（7～8cm）で、旨味のある強い辛味が特徴。現在は、「香川本鷹」を用いた様々な加工品が販売されています。



No.124 酢

讃岐米のめぐみを存分に活用

香川県の酢は、讃岐平野でとれた良質な讃岐米を使った米酢が主流です。柔らかな香りが特徴で、讃岐の郷土料理である「ばらずし」や「てっぱい」などの味の決め手となっています。高松市のほか、三豊市などでも製造されています。

新・讃岐ふうど記

花き

荘内半島の「心に秘めた愛」は品質・生産量ともに香川の誇り。

No.125

マーガレット

マーガレットが咲きほこる荘内半島

香川県で栽培が始まったのは、昭和30年ごろ。なかでも三豊市北部に位置する荘内半島は、瀬戸内海に面しているため冬でも温暖な気候で、日照時間も比較的長く、さらに、水はけが良い土壌であるなど、マーガレットの栽培に適しています。これらの整った環境により、今では年間約217万本を生産する日本一の産地となっています。

讃岐から全国に愛を込めて

フラワーアレンジメントなどに欠かせないマーガレットの花言葉は「心に秘めた愛」。春の最盛期には、荘内半島は一面花で埋め尽くされます。水はけが良い土壌のおかげで、花が引き締まっているのが特徴です。植付けは、露地植えが7月中旬～7月末、ハウス栽培では8月～9月下旬。11月ごろから全国の市場に出荷されます。また、マーガレットは「花びらが落ちない」ことから、受験生に贈ると御利益があるとか。



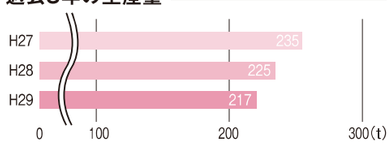
産地MAP



ここがオススメ!! CHECK

- 可憐で清楚な一重咲き
- 花言葉は「心に秘めた愛」贈り物やウェディングに
- 落ちない花びら

過去3年の生産量



旬カレンダー



No.130 盆栽（松）

産地MAP



ここがオススメ!! CHECK

- 歴史が物語る匠の技術
- 美しい樹形
- 根腐れしにくく傷みにくい



世界的にも有名な産地

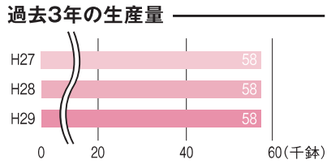
高松市の鬼無地区および国分寺地区は全国でも有数の盆栽の産地として知られています。雨の少ない瀬戸内気候に加え、周辺の山は水はけがよく、小さいながら幹が太い松が育ち、盆栽に適していたことから盆栽産地が発展したと言われています。とりわけ、松盆栽については、全国シェアの80％を占めています。今や香川県の盆栽は世界の「BONSAI」として有名になっており、海外からバイヤーや愛好家が産地を訪れています。

長い伝統と確かな技術

およそ200年続いている香川の盆栽産地には、確かな腕を持つ盆栽職人が、毎日盆栽と対話を重ね、休むことなく手をかけることで、世界に誇る盆栽が出来上がるのです。



過去3年の生産量



旬カレンダー





No.126 ヒマワリ

香川で作られるヒマワリは、一般的な大きなヒマワリに比べ、切花に向くコンパクトな大きさで、かわいらしい花の形が人気です。県内の主な生産地は、三豊、高松地区で、4月～11月まで長期間にわたり、オレンジ系、レモン系、茶系、八重系など10種類のヒマワリが栽培されています。

年間生産量/1,780千本



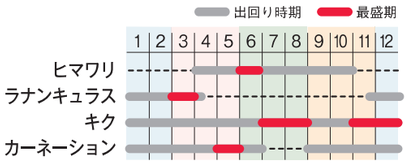
No.128 キク（セレクト・マム）

瀬戸内海に面した温暖な気候の香川県では、古くからキクの栽培が行われてきました。現在も小豆島をはじめ県内各地で、電照ハウス栽培を中心に一年中栽培されています。特に品質の良い厳選されたキクは「香川セレクト・マム」として出荷され、高い評価を得ています。

年間生産量/15,734千本



旬カレンダー





No.127 ラナンキュラス

～てまりシリーズ～ 香川県オリジナル

手まりに似ているかわいいつぼみ

香川県は、高品質なラナンキュラスの産地として知られています。県農業試験場で育成した「てまりシリーズ」は花色が豊富で、現在「紅てまり」、「雪てまり」、「小春てまり」、「れもんてまり」、「ゆずてまり」、「藤てまり」の6品種が品種登録されています。

年間生産量/1,511千本



No.129 カーネーション

～ミニティアラシリーズ～ 香川県オリジナル

市場のニーズに応えた多品種栽培

母の日に欠かせないカーネーション。優れた品質と日持ちの良さから全国でも高い評価を得ています。県オリジナル品種「ミニティアラシリーズ」は7品種が品種登録されています。花の形がティアラを思わせ、花が小さく可愛らしいことから、フラワーアレンジメントなどに使いやすく市場で好評を得ています。

年間生産量/4,385千本



新・讃岐ふうど記
工芸品・民芸品

No.131 香川漆器

5つの技が光る香川の漆器

香川の漆芸は江戸時代、歴代高松藩主の保護と奨励の下に発展し、以来多くの名匠、名工を輩出してきました。そして昭和24年には商工省（当時）から重要漆工業団地に指定され、また昭和51年2月には「蒟醤、存清、彫漆、後藤塗、象谷塗」の5技法が、四国で初めて国の伝統的工芸品の指定を受けています。茶托や菓子器から座卓などに至るまで、大小様々、種類も豊富な香川漆器は、今なお人々に愛され続けています。



蒟醤（きんま）
香川漆芸の代表である蒟醤。線刻の美しさが発揮される技。



存清（ぞんせい）
文庫、茶櫃、丸盆など、調度品や生活用品として人気。



彫漆（ちょうしつ）
芸術性豊かな模様が描き出され、室内インテリアとしても最適。



後藤塗（ごとうぬり）
朱を基調にした飽きのこない文様は、使うほどに渋さと深い味わいが増す。



象谷塗（ぞうこくぬり）
民芸的味わいが深く、使い込むほどにツヤが出て、渋みを増す。

No.132 丸亀うちわ

伝統の風を感じて…

江戸時代に京極藩士の内職に推奨され、金比羅参りのお土産物として広まった丸亀うちわ。主な生産地は丸亀市。現在の生産量は年間約1億6千万本で、全国シェアの90％を誇る日本一のうちわ産地です。平成9年5月には国の伝統的工芸品に指定されました。風情あふれる丸亀うちわは、夏に欠かせない風物詩として人気があります。



受け継がれる職人技が、丸亀うちわを支える。





No.133 手袋

ここから世界へ

手袋生産量日本一の東かがわ市。
明治21年（1888年）に両児舜礼が伸縮性のある布「メリヤス」を使用した手袋を製造したことがそのはじまりとされています。
その後、いとこの棚次辰吉が手袋会社「積善商会」を松原村（現東かがわ市）に設立し、この地に手袋産業が根付きました。
現在でも卓越した技術やデザインで、
世界に通用する製品が生産されています。

No.134 庵治石製品

暮らしのアイテムから観光まで

高松市牟礼町・庵治町は日本有数の花崗岩「庵治石」の産地として有名です。そこでつくられた石あかり約200点を展示し、約2ヶ月間ライトアップするイベントが「むれ源平石あかりロード」。夏の風物詩として定着し、地域振興につながる観光資源にもなっています。





墓石
良質で美しい石目の庵治石は、最高級墓石として知られています。

庵治 石獅子

「家庭の店舗・事務所などの守り神に」と、産地の石工達が自由な発想で創造した庵治石製の獅子・狛犬。石は全て大丁場で採石されたものを使用し、屋内用に高さ30㎝程度で制作。小型でありながらも庵治石ならではの繊細な表現を楽しめます。





石臼（大・コーヒー豆用）
庵治石と香川漆器のコラボ作品。



第6回グルメ&ダイニングスタイルショー
秋2009 新製品コンテスト
キッチン&ダイニンググッズ部門 大賞受賞
平成22年度むらおこし特産品コンテスト
中小企業庁長官賞受賞

新・讃岐ふうど記
郷土料理



No.135 骨付鳥

もはや香川の代表的グルメ

骨付鳥の発祥地は丸亀市。昭和27年、丸亀駅の近くに開業したとある居酒屋の創業者夫婦が、アメリカ映画のなかで骨付鳥にかぶりつくシーンに着想を得て、「こんなご馳走をみんなに食べて欲しい!」と考え、提供を開始。スパイスをたっぷり効かせ、皮はパリパリ、中はジューシーに焼きあげたその味は、瞬く間に評判に。しっかりとした歯ごたえが魅力の「おやどり」と、身がふっくらしていてやわらかく食べやすい「ひなどり」の2種類をお好みによってお選びいただけます。

No.136 あんもち雑煮



讃岐生まれのあま〜い雑煮

甘味料が貴重だった時代、正月に食べるあんもち雑煮はごちそうでした。主な具材は金時にんじんやだいこんなどです。野菜は「家族仲良く円満でありますように」との願いを込めて輪切りにします。また地域によっては、里芋やごぼう、油揚げを入れたり、お椀に盛った際に花かつおなどを散らす地域もあるようです。雑煮にあんもちを使うのは全国的にも珍しく、讃岐ならではの郷土料理です。

白味噌とあんが調和

白味噌仕立ての吸い物に、あんもちが入った雑煮。その意外な組み合わせに、県外の人なら味に疑問を持つはず。実際食べてみるとビックリ!白味噌の程良い塩加減にあんの甘味が調和したやさしい味わい。まろやかで深みのある讃岐ならではの故郷の味です。

No.137 押し抜きずし



春のお接待料理

そらまめに実が入りサワラがたくさん獲れる春、讃岐の農家ではサワラを買って料理をつくり親戚縁者を招いていました。このことを「はるいお」や「麦うらし」などといい、その時に出されるメイン料理がサワラの「押し抜きずし」。酢と山椒の香りが食欲をそそり、彩りも美しい讃岐の味です。

No.138 てっぱい



野菜と酢浸けにしたフナを、白味噌で和えたもの。農繁期が終わった秋から冬、ため池の水を抜いた際に獲れる寒ブナを使って食べられてきました。寒ブナは臭みが少なく脂がのって美味。雨が少なく、ため池の多い讃岐ならではの料理です。現在はフナが入手しにくいこともあり、コノシロを使うことも多いです。

※写真はコノシロを使用



No.139 ちしゃもみ

春のお祝い事の際には欠かせない、「ちしゃ(レタスの一種)」を使った一品です。昔はどこの農家の畑にも植えていた「ちしゃ」ですが、今では貴重な伝統野菜の一つ。これを酢味噌で和え、小さく割いたいりこを入れれば完成です。

No.141 しっぽくうどん

ゆでたうどんの上から、煮込んだ数種類の具材とだし汁をかけたもの。仕事から一足先に帰った主婦が、手早くつくれる汁物の一つ。農村の日常食として、東讃地域や中讃の一部の地域などで食べられてきました。中に入れる具材は、旬の野菜や豆腐など。鶏肉や豚肉を入れればコクが出て、よりおいしくなります。寒い冬にはもってこいのうどんメニューです。





No.140 まんばのけんちゃん

東讃で「まんば」と呼ばれている野菜で、高菜の一種。これをアク抜きしたものと豆腐、油揚げ、だし汁をお鍋に入れて煮浸しにしたのが「まんばのけんちゃん」。まんばは冬が旬のため、讃岐の冬を代表する郷土料理です。



No.142 魚の姿ずし

だし昆布の入った酢に30分程浸したアジを、酢飯と一緒ににぎったもの。小豆島では、夏から秋にかけて獲れたアジを使ってつくられてきた料理です。アジだけでなく、ママカリやサバなどを使ってもおいしいです。



No.145 わけぎあえ

昔から季節の野菜としてつくられてきたわけぎは、ひな節句のころが旬。それを春先の和え物として、マテガイやアサリなどと一緒に白味噌で和えた逸品です。香川県全域で食べられています。



No.148 ばらずし

寿司はハレの日の最高のごちそうでした。その季節にその土地で収穫したものを具材にし、春や秋の祭り、冠婚葬祭などで食べられています。



No.151 はげ団子

団子に小豆あんをまぶしてもツルツルして小豆あんがまだらになることから「はげ団子」と呼ばれているとか。麦刈りや田植えを済ませ骨休めする半夏生（毎年七月二日ごろ）に欠かせない伝統の味。



No.144 カンカンずし

大きな長方形のすし枠でつくる押しずしの一種で、具として瀬戸内特産のサワラを使います。くさび型の締め栓を木づちでカーン、カーンと打ち込み重石をかけることが名前の由来。具の魚を強く塩と酢でしめているので、2〜3日は日持ちする保存食として食べられてきた料理です。



No.147 いりこ飯

瀬戸内海で獲れるカタクチイワシをサッと湯がいて干したいりこ（煮干し）を入れてつくる炊き込みご飯。さっぱりとしたいりこのだしが食欲をそそります。いりこは、山間地で鮮魚より扱いやすい食材として親しまれてきました。今でも讃岐の食生活には、欠かせない食材の一つです。



No.150 魚の三杯

アジやママカリ、キスゴ、タナゴ、ネバゴチを焼いて三杯酢に浸します。小魚を骨まで食べ、保存性を持たす工夫がされた料理です。暑い夏には、三杯酢のさわやかな酸味が食欲をそそります。

No.143 たい飯

かつては船に乗って阪神方面へ荷物を運搬して帰ってきた男たちをねぎらうごちそうでした。また、村の行事や寄り合いの時などにも、大釜を囲んで小皿に分けながら食べるのが習わしだったとか。小豆島では「海賊飯」、さぬき市小田では、ボラを使った「ぼら飯」などが食卓をにぎわせています。



No.146 なすそうめん

暑い夏においしい郷土料理。観音寺・三豊地域特有の大きく食べ応えのある「三豊なす」を使えば、よりいっそうおいしくなりそう。小豆島産のそうめんと、身近な野菜を組み合わせたふるさとの味です。



No.149 三色おはぎ

香川県全域で食べられてきた郷土料理で、昔はお皿いっぱいにつくって大家族で食べたとか。手軽にできて、お腹も満たされます。新米でつくるおはぎは特にお米の甘味が感じられ絶品です。

