

## 高山のお米「月あかね」の生姜焼き定食



### 36 食事処 扇屋

### 高山村



米は高山村ブランド米「月あかね」。生姜焼きに県内産の豚肉、味噌汁に吾妻産の味噌、つけあわせに吾妻産の野菜を使用。

【料金】850円  
【時期】通年(季節により食材が変更)  
【食材】吾妻産の野菜・米(月あかね)・味噌、群馬県産の豚肉



TEL. 0279-63-3339

住 吾妻郡高山村中山734-6  
P 10台/大型バス1台(要事前予約)  
営 11:00~19:00(15:00~17:00は要問い合わせ)  
休 不定休 ¥650円~  
交 月夜野ICから車で15分/中之条駅から車で20分

米はすべて高山村産ブランド米「月あかね」を使用。旬の時期には地元の野菜を使用しています。



## 高山村産野菜たっぷりのおっきりこみと生芋こんにやくいなるいのセット



### 37 農家民宿 亀久保ゆっこ

### 高山村



自家栽培した野菜をたっぷり使ったおっきりこみと、生芋からつくったこんにやくを袋にして酢めしをつめた3種のいなるいのセット。

【料金】1,000円  
【時期】通年(季節により食材が変更)  
【食材】高山村産のはくさい・里芋・じゃがいも・にんじん・ごぼう・ねぎ・大根・ショウガ・こんにやく・米(コシヒカリ)・きのこ、群馬県産の鶏肉



TEL. 0279-63-3685

住 吾妻郡高山村尻高2174 P 10台  
営 要事前予約  
(電話はなるべくお昼頃か17:00以降におかけください)  
休 不定休 ¥700円~  
交 渋川伊香保ICから車で40分/上毛高原駅から車で25分

自家栽培した野菜を中心に、地元食材をたっぷり使うように心がけています。ランチ営業、農業体験もできますので、お電話にてお問い合わせください。



## あがつまの美味しい食材紹介



### 高原野菜

夏~秋

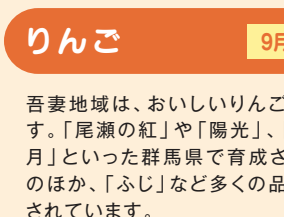
長野原町や嬭恋村では浅間山麓の冷涼な気候を活かし、夏から秋にかけてキャベツ、はくさい、レタス等の高原野菜が盛んに生産されています。特に夏秋キャベツは近年全国生産量の約5割のシェアを誇る、群馬を代表する野菜です。



### こんにやく芋

10月~翌年3月

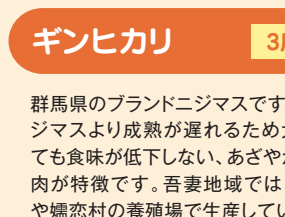
群馬県は全国生産量の9割以上を占めるこんにやくの主要産地であり、吾妻地域でも生産は盛んです。産地だからこそ食べられる生芋こんにやくは、食感も風味も通常のものととはひと味違います。



### りんご

9月~11月

吾妻地域は、おいしいりんごの産地です。「尾瀬の紅」や「陽光」、「ぐんま名月」といった群馬県で育成された品種のほか、「ふじ」など多くの品種が栽培されています。



### ギンヒカリ

3月~9月

群馬県のブランドニジマスです。通常のニジマスより成熟が遅れるため大型になっても食味が低下しない、あざやかな朱色の肉が特徴です。吾妻地域では、東吾妻町や嬭恋村の養殖場で生産しています。



### 伝統野菜

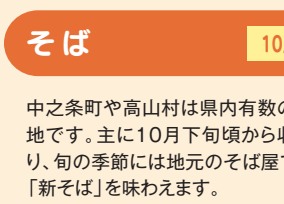
吾妻地域には地域で何世代にもわたってつくられてきた野菜があります。高山村では高山きゅうり(写真)が、中之条町六合地区では入山きゅうり、幅広いんげん、京塚かぶが育てられています。



### 紅花いんげん

10月~11月

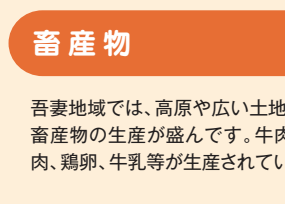
別名を「花豆」といい、吾妻西部地域の特産品です。夏でも冷涼な場所でしか育たない、上品な甘さの豆です。大粒で美しい光沢があり、甘露煮や甘納豆などに使われています。



### そば

10月~11月

中之条町や高山村は県内有数のそばの産地です。主に10月下旬頃から収穫が始まり、旬の季節には地元のそば屋で香り高い「新そば」を味わえます。



### 畜産物

吾妻地域では、高原や広い土地を活かした畜産物の生産が盛んです。牛肉、豚肉、鶏肉、鶏卵、牛乳等が生産されています。

