



# 高原レタス

沼田市利根町  
昭和村 片品村

5月中旬～11月上旬

赤城山北麓の沼田市利根町・昭和村・片品村の標高五～九百mの高原では、レタスが大規模に栽培されています。三月下旬から植え付けが始まったレタスは、いよいよ五月中旬から収穫期。赤城高原のレタスは、なにより、その鮮度が自慢です。早朝、まだ夜が明ける前に収穫された「朝採りレタス」が、その日の午後には首都圏のスーパーの店頭に並びます。



# 高原キャベツ

嬬恋村

6月中旬～

栽培面積は、実に二七九〇ha、見渡す限り一面にキャベツ畑が広がる嬬恋村は、日本一の夏秋どりキャベツの産地です。五月からは、キャベツの定植が最盛期を迎えています。苗の生育状況は順調とのこと。昼夜の寒暖差により、これからどんどん甘みを蓄えていきます。六月中旬から始まる出荷に向けて、各農家が手塩にかけて育てる高原キャベツ。お届けまで間もなくです。



# 麦



# ミニトマト

## 前橋市

5月下旬～

群馬県では五月下旬～六月中旬、麦の収穫シーズンを迎えます。ビールの原料として使用される二条大麦の収穫が五月下旬から始まり、押し麦・麦茶用の六条大麦、小麦粉の原料となる小麦の収穫（六月中旬）まで続きます。群馬の小麦と言えば粘りとコシのバランスに優れた、めん用小麦「さとのそら」。三月からの気温の上昇によりますますの収量、品質が期待できそうです。

## みどり市笠懸町

5月～7月上旬

みどり市笠懸町の特産であるミニトマトが、収穫最盛期を迎えています。この時期の群馬のミニトマトは、昼夜の温度差と水管理をはじめとする確かな栽培技術により、糖度と酸味のバランスが絶妙。姿形は小さくとも、けっして侮れないおいしさです。真っ赤な宝石のような色合いも、サラダやお弁当のアクセントに最適。可愛らしい群馬のミニトマト、ぜひ試してみませんか。

標高10mの平坦地から1,400mの高冷地まで、健やかに広がる耕地そして、きれいな水と空気、全国トップクラスの日照時間……群馬には、豊富で多彩な農畜産物を生み出す、確かな理由があります群馬だからおいしい！ 季節の農畜産物の情報をレポートします

# 旬の食材

# もうすぐお届けします！



# 梅

高崎市箕郷、榛名地区  
安中市秋間地区

5月下旬～7月中旬

群馬県は全国第二位のウメの生産地で、東日本一の生産量を誇ります。例年五月下旬頃から小梅の「甲州最小」、六月以降は「白加賀」を中心に大梅の出荷と完熟梅用「織姫」が収穫されます。七月上旬からは完熟の「南高」も出荷されます。「白加賀」は、大粒で形が良く、果肉は厚く滑らかで、梅酒・梅ジュース・梅干しに最適です。



# トマト

伊勢崎市  
玉村町

5月

佐波伊勢崎地区のトマトが現在、出荷の最盛期を迎えています。日照に恵まれ真っ赤に実ったトマトは、共同選果場でしっかりと選別され、京浜方面に出荷されます。この地域のトマトは「上州娘」の銘柄で都内でもすっかりお馴染み、高い評価を得ています。近年ではトマトの持つ、様々な機能性も注目され始めており、新たな消費拡大が期待されています。



# 茄子



# 夏ゴボウ

## 桐生市新里町 みどり市笠懸町

5月～7月末

JAにつたみどり・みどり地域管内では、天敵昆虫（スワルスキーカブリダニ）の利便によるナス栽培を行っていただきます。これは害虫の天敵を利用することで農薬散布回数を減らし、安全・安心なナスを育てようとする栽培法です。「なす紺」と呼ばれる、艶のある深い紫色に輝くナスといえ、まさに群馬の夏野菜の代表格。一足早く初夏を先どりするメニューには欠かせない食材です。

## 伊勢崎市 玉村町

5月下旬～

春から初夏にかけて出回るゴボウは、「夏ゴボウ」と呼ばれ柳川鍋には欠かせない食材。独特の風味とシャキシャキした食感、お味噌汁やうどんの汁などにもよく合います。群馬県は全国第六位の生産量を誇る日本有数の産地。伊勢崎市を中心に栽培されており、五月下旬から収穫が始まります。香り高く、繊維質もたっぷり。献立に添えるだけで、食事のヘルシーさがぐっと上がります。