



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

赤城山北麓の標高500～900mの高原では、レタスが大規模に栽培されています。高原地帯特有の冷涼な気候で栽培される夏秋レタスは、シャキッとした歯ざわりが特長です。

また、群馬のレタスの強みは、何と言っても新鮮さ。出荷の最盛期には、レタスの鮮度を保つため明け方の3時頃から収穫作業が始まり、その日の午後には消費地の店頭並びます。首都圏に近いからこそ、採れたての新鮮なレタスをいち早くお届けできるのです。



高原キャベツ

嬭恋村

6月中旬～

嬭恋村は日本一の夏秋キャベツの産地で、栽培面積は三千畝を誇ります。夏から秋にかけて首都圏で消費されるキャベツの約八割を嬭恋産が占めるとも言われています。四月からの育苗も順調に進んでおり、五月から定植最盛期を迎え、六月中旬から出荷が始まります。

高原特有の昼夜の寒暖差により、葉が柔らかく、甘みのあるシャキシャキしたキャベツが生まれます。みずみずしく食感のよい群馬のキャベツで、夏らしい味わいを楽しんでください。

前橋市

5月下旬～

群馬県は全国有数の麦の産地。水はけの良い水田や冬のからつ風など自然条件を活かし、水田の裏作として栽培が盛んです。ビールの原料として使われる二条大麦の収穫が5月下旬から始まり、押し麦・麦茶用として使われる六条大麦、小麦粉の原料となる小麦（「さとのそら」が主）の収穫が6月中旬まで続きます。

本年は大雪の影響もあり生育は遅れていましたが、3月から気温の上昇により、ますますの収量、品質が期待できます。



麦



夏ゴボウ

伊勢崎市 玉村町

5月下旬～

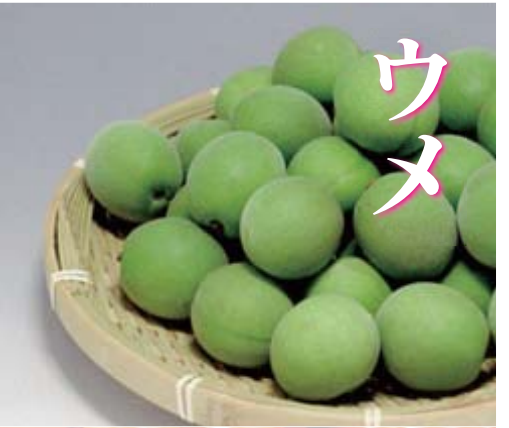
5月下旬から「夏ゴボウ」の収穫が始まります。伊勢崎市や太田市に産地が形成され、京浜市場をはじめ、遠く関西市場まで出荷されています。緑肥作物との輪作により土づくりをしっかりと行い、安全で美味しいゴボウ生産に取り組んでいます。

「夏ゴボウ」は、柔らかい食感や香りの良さはもちろん、繊維質がたっぷりヘルシーな点も人気の理由。この季節ならではのさわやかな味わいのゴボウをお味噌汁や煮物で是非味わってみてください。

標高10mの平坦地から1,400mの高冷地にまで、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！



ウメ

高崎市箕郷、榛名地区
安中市秋間地区

5月下旬～7月下旬

群馬県は全国第2位の生ウメ産地。例年5月下旬頃から小ウメの「甲州最小」、6月以降は「白加賀」を中心に青ウメの出荷と完熟「織姫」が収穫されます。また、7月上旬からは完熟「南高」も出荷されます。

群馬県育成品種の「紅の舞」も人気。果肉が赤いスモモとウメを交配させて育成され、収穫時期は6月下旬から7月上旬です。果実は南高梅より大きく、赤い果肉とさわやかな酸味が特長で、加工品やジュースにもびったりです。



トマト

伊勢崎市
玉村町

5月

佐波伊勢崎地区のトマトが出荷最盛期を迎えています。専用の共同選果場で徹底して選別され、品質の高いトマトが「上州娘」という名前で主に京浜市場に出荷されています。

トマトの赤い色素「リコピン」は、生活習慣病の原因となる活性酸素を消去する働きのほか、メラニン生成を促す活性酸素を抑制し、美白、美肌に効果があります。日光をたっぷり浴びて育った群馬の味の濃いトマトを是非お試しください。

邑楽館林地域

7月上旬～

県東部の邑楽館林地域は、夏に全国の最高気温を記録することが多く、この暑さを活かしたニガウリの栽培が盛んです。全国第5位の出荷量（平成22年）を誇り、沖縄、九州に次ぐ大産地を形成しています。

ニガウリは鮮度を保つのが難しい野菜ですが、大消費地である首都圏に近いことから、新鮮で品質の高いニガウリをお届けできるのが群馬産の強みです。4月下旬～5月中旬が定植最盛期で、7月上旬から収穫が始まります。

安中市

4月中旬～7月上旬

ハウス栽培のズッキーニが、出荷の時期を迎えました。安中市のズッキーニは、品質、揃いがよいことから市場から高評価を得ています。今年は、2月の大雪によりハウス倒壊の被害を受け、約半数の栽培者が栽培を断念することになりましたが、産地の復活に向けて健闘しています。

ズッキーニは、ラタトゥイユやスープなどのほか、蒸し物、炒め物、揚げ物など様々な料理に使える万能食材です。夏らしいさっぱりとした味わいと食感を是非お楽しみください。



ニガウリ



ズッキーニ