



タラノメ

藤岡市
神流町

出荷最盛期!

2月～3月

群馬県育成品種のタラノメ「ぐんま春王」が出荷最盛期を迎えます。「ぐんま春王」は、群馬県農業技術センターが育成し、平成二十三年に品種登録されました。生育が非常に良く、良質で大きなサイズのタラノメが多数収穫できることが特長です。

タラノメは、油脂やタンパク質が豊富に含まれており、栄養価の高い山菜。天ぷらにして、ほっこりとした食感をお楽しみください。



フキノトウ

吾妻東部地域

出荷最盛期!

2月～3月

厳しい寒さを乗り越えたフキノトウの出荷が二月から始まります。春の訪れを感じさせる風味が好まれ、天ぷらやフキみそ、おやき、しょうゆ漬けなどに広く利用されます。群馬県は全国有数のフキの産地で、平成十九年からは、県育成品種「春いぶき」も本格的な栽培が開始されています。

群馬のフキノトウで、一足早い春の訪れを感じてみませんか。



カキナ

藤岡市
高崎市吉井町

1月～4月

多野藤岡地域は、昔からのカキナの産地です。

カキナはアブラナ科の春野菜で、伸びた芯を摘んで出荷します。ゆでると芯が柔らかくなり、色も鮮やかな緑色になります。アクもなく、甘みと風味に富んでいます。おひたしや胡麻あえを始め、おみそ汁や炒め物にもお使いいただけます。

ビタミンやミネラルが豊富で栄養価の高いカキナ。春の訪れを感じさせる食材としておすすめです。



辛み大根

伊勢崎市

周年

辛み大根は、普通の大根よりも小さくて辛みの強い大根ですが、辛みだけではなく、旨みと甘みもあります。水分が少ないので、おろしても水っぽくなりません。生でそば等の薬味として相性抜群なのはもちろん、煮ると甘みが増すので煮物やおでんにもおすすめです。

辛み大根は周年出荷されていますが、冬は辛さが格別です。大きさも小ぶりなので保存に場所をとらず、何かと重宝する食材です。

標高10mの平坦地から1,400mの高冷地にまで、豊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

SYU-N旬の食材

もうすぐお届けします!



やよいひめ

邑楽館林地域

12月～5月

群馬県育成品種のいちご「やよいひめ」の出荷が本格化してきました。

「やよいひめ」は今年、品種登録十周年を迎えました。上品で優しい橙赤色と大きな粒が特長で、甘みと酸味のバランスが良く、実がしっかりといて日持ちが良いいちごです。その名のとおり、他の品種の品質が低下しやすい「三月(弥生)」以降も、安定した品質を保てることも大きなセールスポイントです。



ニラ

富岡市
甘楽町

2月～3月

冬ニラの産地である甘楽富岡地区では、一・二戸の農家が栽培に取り組んでおり、最盛期には一日約一〇〇トが出荷されます。ニラは軽量野菜で、高齢者や女性の生産者も多いですが、出荷には手間がかかります。そこで、JA甘楽富岡では、パッケージセンターを整備するなど、地域を挙げてニラの出荷に取り組んでいます。味と栄養がギュッと詰まった群馬のニラをぜひご賞味ください。



アレッタ

安中市

2月下旬～3月下旬

「アレッタ」は、ブロッコリーとケールを交配してできた新しい野菜です。花蕾・茎・葉を食べることができ、甘みが強く、ビタミンKやカロテンなどが多く含まれています。平成二十三年から栽培が始まり、新野菜として知名度が上がっています。

生のまま食べることができない「アレッタ」は、アク抜きや下ゆでの必要がなく、手軽に調理ができる便利な食材です。独特の甘みと歯ごたえを、ぜひ一度お試しください。



ハクサイ

邑楽館林地域

1月～3月

邑楽館林地域では、秋冬ハクサイの出荷が盛んです。寒風の中で育った身の締まったハクサイは、丁寧につまみ一つ外葉をとって箱に詰められます。中の葉は鮮やかな黄色で、甘みと柔らかさが特長です。ハクサイはカロリーが低く、つい食べ過ぎてしまうこの季節にもぴったりの食材です。

冬の寒さで甘みの増した群馬のハクサイもいよいよシーズン終盤ですが、まだまだ出荷量はおとろえていません。