

当店からのご提案

# 旬の果物あれこれ

## 温州みかん

お正月の果物と言えばかつては「みかん」が定番でしたね。最近は消費が減っていますが、手軽で、栄養価も高いこの果物を見直してみませんか。



### 原産地は？

多くの柑橘類はアジアの亜熱帯地方が原産ですが、温州みかんは日本が原産といわれています。4～5世紀前、中国から伝わった柑橘のタネまたは苗木が突然変異したものでないかと言われています。原産地である鹿児島県出水郡長島町には今も原木の子孫が育っているそうです。



### 生産地は？

有田みかんに代表される和歌山県、愛媛みかんでおなじみの愛媛県、青島みかんで知られる静岡県がトップ3。続いて熊本・長崎・佐賀各県の九州ものも多く出回っています。

#### みかんの年間生産量ランキング

- 第1位 和歌山県 (約19%)
- 第2位 愛媛県 (約15%)
- 第3位 静岡県 (約14%)

※平成22年度 農水省統計資料より

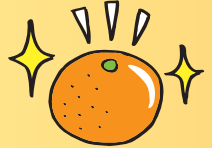
### 名前の由来は？

甘い柑橘なので漢字では「蜜柑」と書き、「みかん」が詰まって、「みかん」と呼ばれるようになったとか。「温州」は中国浙江省の柑橘類の産地、温州の地名にちなんだものです。



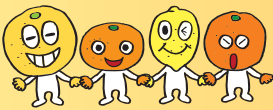
### おいしいみかんの選び方は？

へたの部分が小さく、形が扁平で、皮にはりがあり、持つと重みがあるものを。また果実が小ぶりでも果皮が薄いものの方が糖度が高いとか。



### みかんの仲間？

温州みかんはミカン科ミカン属の果物で、オレンジ・グレープフルーツ・レモン・はっさくなども同じ仲間です。



### 温州みかんの旬は？

種類によって収穫時期にはまちまちです。大別すると「極早生温州」(9月～10月頃)、「早生温州」(10月～12月頃)、「中生温州」(11月～12月頃)、「晩生(普通)温州」(1月～3月頃)などがあります。

### みかんの栄養価は？

ビタミンCを多く含み、食物繊維も豊富、ミネラルやクエン酸もある果物ですが、美味しくても食べすぎには注意しましょう。



### 上手な保存法は？

冷蔵庫には入れず、冷暗所で保存を。箱ごと買った場合は一度天地を裏返し、箱の底の方のものから食べるか、小分けにして保存するとカビや腐敗の防止にもなります。

