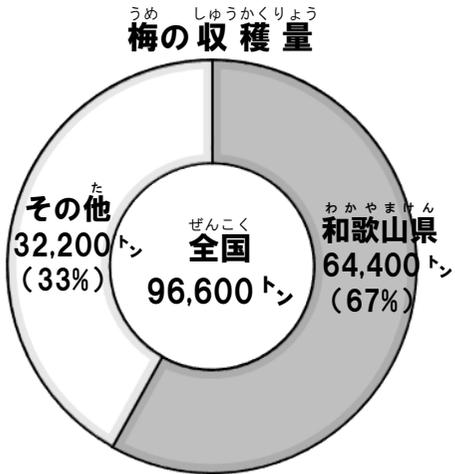


うめ うめぼ はなし 梅と梅干しのお話

わかやまけん しゅうかくりょう にほんいち 和歌山県の収穫量は日本一！

下の円グラフは都道府県別の梅の収穫量を表しているよ。

みなべ・田辺地域を中心に栽培されている和歌山県の梅の収穫量は64,400トンと、全国の67%を占めているんだ。



れいわ ねんさんかじゆせいさんしゆつかとうけい
令和4年産果樹生産出荷統計より

なんこううめ あじ 南高梅はひと味がう！



なんこううめ わかやまけん だいひょう うめ ひんしゅ
南高梅は、和歌山県を代表する梅の品種だよ。

「実が大きく、皮が薄い」とほかの梅とはひと味がうんだ。

うめぼ うめ 梅ジュースや梅酒にピッタリ。明治35年、上南部村
いま ちやう たかだ さだぐす み こ みなべ
(今のみなべ町)の高田貞楠さんが見つけたんだ。その後、南部
こうこう たけなかつ たろう せんせい ねんかん ちやうさ けっか さいゆうりやう
高校の竹中勝太郎先生らによる5年間の調査の結果、最優良
ひんしゅ なん こううめ なづ はつびやう
品種に選ばれ、南高梅と名付けて発表したんだよ。

うめ ぶく 梅に含まれるポリフェノールや梅干しの成分には、新型コロナウイルスの増殖
をを抑えるとの研究報告があったんだ！(みなべ町、紀州田辺うめ振興協議会発表)
※梅や梅干しを食べることによって、ウイルスの増殖を抑制する検証をおこなった研究報告
ではありません。

うめぼ ひみつ 梅干しのすっぱさには秘密が！



うめぼ 梅干しのすっぱさにはクエン酸が関係するよ。

クエン酸には色々な効果があるんだ。例えば

- ・疲れを取ってくれる
- ・食欲がわいてくる
- ・食べ物を腐りにくくする などなど

うめぼ 梅干しはスポーツをする人にもぴったり！

せかいのうぎょういさん たなべ うめ 世界農業遺産「みなべ・田辺の梅システム」

せかいのうぎょういさん こくれんしよくりやうのうぎょうきかん えふえーおー でんとうてき せかいてき じゅうよう のうりんすいさんぎやう にんてい
世界農業遺産は、国連食糧農業機関(FAO)が、伝統的で世界的に重要な農林水産業のシステムを認定するものなんだ。

にほんこくない ちいき やく ねんまえ つづ たなべちいき さいばい しぜんかんきやう ほせん たやう
日本国内にはたった15地域しかないんだよ。約400年前から続くみなべ・田辺地域のうめ栽培は、自然環境の保全と多様な

せいぶつ きやうせい な た
生物との共生により成り立っているんだ。



うめぼ しゅっか ほんばい
梅干しが出荷・販売されるまで

のうか しゅうかく かこう
農家さんが収穫・加工する

うめぼしには、よく熟した梅の実を使います。木の下にネットを敷いて、熟して木から落ちた実を収穫します。6月が収穫のピークです。つぎに、梅に塩をまぜて、1か月以上漬けます。



漬けた梅を3日間程度干します。

こうしてできた梅干しは、「白干梅」と呼ばれます。「白干梅」は、大きさ、品質別にたるに入れて加工場へ出荷されます。

かこうぎょうしゃ せいひん にほんぜんこく
加工業者さんが製品にして日本全国へ

しらぼしうめ あら かわ「白干梅」を洗って、皮がやぶれているものなどを取りのぞきます。

ちょうみえき つ こ あじつ調味液に漬け込んで、味付けをします。味付けにはいろいろな種類があります。

パックに詰めて日本全国のお店へ出荷されます。



うめぼ つか りょうり
梅干しを使った料理

あ だ とうふ うめ
揚げ出し豆腐の梅あんかけ



うめぼ つか りょうり
梅干しを使ったおいしい料理を紹介するよ。
かぞく いっしょ づく
家族みんなで一緒に作ろう!



「うめりん」

つく かた
◆作り方

- 豆腐は水切りし、4等分に切る。赤パプリカは種をとり、4mm角に切る。オクラは茹でて、輪切りにする。
- フライパンに油を熱し、鶏ひき肉とパプリカを炒める。
- だし汁、しょう油、みりんを加え、煮立ったら水溶性片栗粉でとろみをつけ、たたいた梅とオクラを加える。
- 豆腐に片栗粉をまぶし、170℃の油で揚げる。
- 器に盛り、揚げ出し豆腐に③をかける。

ざいりょう にんぶん
◆材料 2人分

絹ごし豆腐	1丁	だし汁	200cc
鶏ひき肉	100g	しょう油	大さじ2
赤パプリカ	1/2個	みりん	大さじ3
オクラ	1本	片栗粉	適量
たたいた梅	小さじ1/2	サラダ油	適量
		揚げ油	適量