

# 目指せ果物博士! いよかんの巻

皆さんの食卓に  
おいしくたのしい果物を  
お届けできるよう  
一生懸命頑張ります!



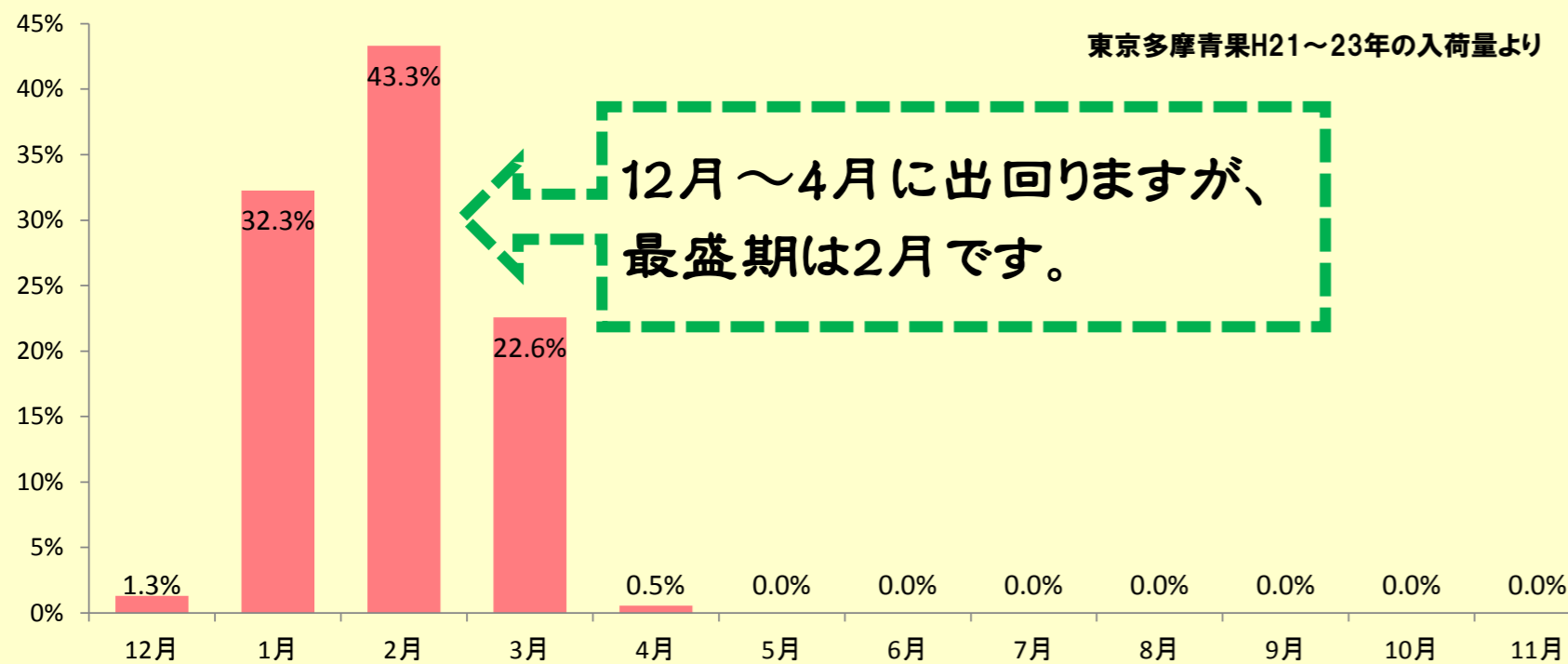
多摩青果職員 国立 せいか (25)

## 1. せいかが 『いよかん』 の旬について考える

いよかん ミカン科 原産地:日本

日本の山口県萩市で発見され、『穴戸蜜柑』と呼ばれていましたが、現在は愛媛県を中心に栽培され、名前も伊予の国(愛媛県)から、『伊予柑(いよかん)』と名付けられました。爽やかな酸味と甘味、すがすがしい香りが特徴の柑橘です。主に西日本で生産されています。

■東京多摩青果のいよかんの年間入荷量に対する、各月入荷量の占める割合(%)



12月~4月に出回りますが、  
最盛期は2月です。

■産地別 年間入荷量に対する、各月入荷量の占める割合(%) 東京多摩青果H21~23年の入荷量より

	年間入荷量に対する、各月入荷量の占める割合(%)											
	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
和歌山												
山口												
愛媛												
佐賀												
総合計												

12月下旬頃から愛媛県産・佐賀県産の入荷が始まります。出荷は年明けに本格化しますが、収穫のほとんどは年内に終わります。

1月の上旬から和歌山県産のいよかんが始まります。愛媛県産の入荷も本格化し、2月にピークを迎えます。大玉のすあがりを防ぐために、大玉果は早めに出荷し、後半に小玉果の出荷を行います。

3月以降は愛媛県産を中心に入荷します。4月は愛媛県産も入荷が大きく減り、終盤を迎えます。

## 2. 多摩青果で取り扱う 『いよかん』

■多摩青果で扱う『いよかん』の種類

### 宮内いよかん

現在生産されているいよかんの、90%以上をしめる宮内いよかんは、それまでの普通いよかんより、実が多く種も少ないことから、主流になりました。

### 普通いよかん

山口県で発見された、いよかんの起源です。はっきりした来歴は不明ですが、オレンジ類とみかん類の交雑種だと言われています。

### その他のいよかん

#### 大谷いよかん

表皮がつるつるしているのが特徴です。甘みは強めですが、いよかんの香りは少なめです。『ダイヤオレンジ』とも呼ばれます。

#### 勝山いよかん

扁平で色が濃く、着色が早いという特徴があり、早い時期からの出荷が可能です。

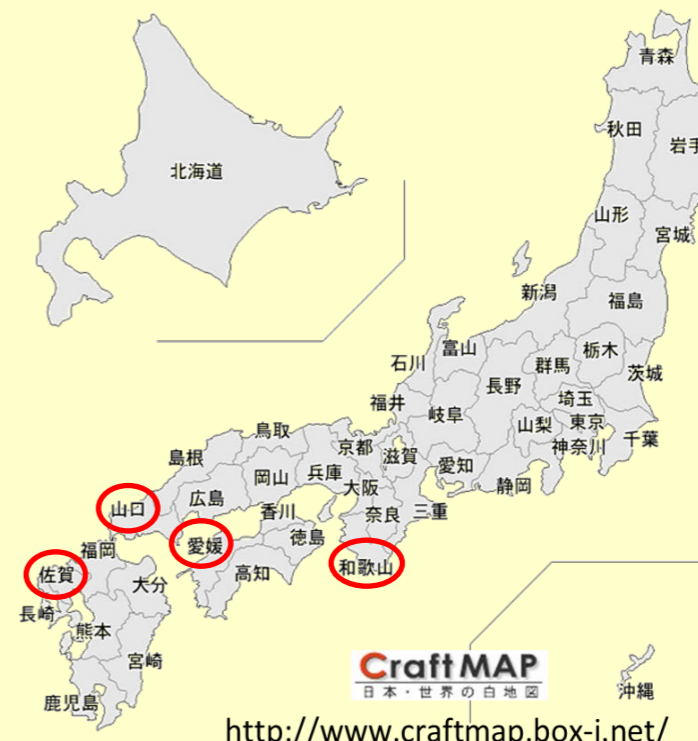
■多摩青果で扱う『いよかん』の主な産地

### 愛媛県産 12月~4月

収穫量全国第1位。当社でも最も入荷量の多い産地です。全国の生産量の90%近くをしめる一大産地です。『いよかん』と『いい予感』の語呂合わせで受験生にアピールするなど、販売拡大に積極的に取り組んでいます。産地ブランドである『蜜る』の出荷も行っています。また、3月からは『弥生紅』の出荷も始まります。『弥生紅』とは『宮内いよかん』を3月販売目的に合わせて貯蔵したものです。

### 佐賀県産 12~1月

収穫量全国第3位です。11月から収穫をはじめ、12~1・2月にかけて出荷しています。鹿島地区や太良地区を中心に栽培をしています。佐賀県産中晩柑の中でも、デコポンに次いで、2番目の生産量を誇ります。



### 和歌山県産 1月~2月

収穫量全国第2位。年明けすぐに出荷を始め、2月の上旬にはだいたい出荷を終えます。主にありだ管内で栽培されています。

### 山口県産 2~3月

収穫量全国第4位です。山口県萩市はいよかん発祥の地として有名です。現在は瀬戸内海に浮かぶ屋代島(通称:大島)を中心に栽培されています。

# 目指せ果物博士！ いよかんの巻

こちらのレシピの詳細は  
レシピページにて公開中です！  
TOP→取扱商品→レシピ

## 3.『いよかん』をモットおいしく！モットたのしく！ いよかん果汁でお手軽ジュース！



実験：いよかんを果汁搾り機で搾り、他の材料と1:2の割合で混ぜて試飲をしてもらい感想を聞きました。(いよかん1個から約100mlの果汁が取れます)

### A: 果汁そのまま

- GOOD**
- ・爽やかな酸味で美味しい
  - ・意外と味が濃くてびっくり
  - ・プチプチした食感も良い

- BAD**
- ・少し苦味を感じる
  - ・ちょっとのどにしみる

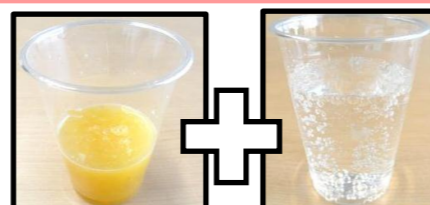


人気

### B: +炭酸水

- GOOD**
- ・爽やかなで眠気が覚める
  - ・果肉のプチプチと炭酸が合う

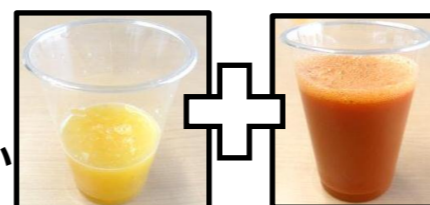
- BAD**
- ・薄くていよかんの味がしない
  - ・甘みがもうちょっとあると美味しい



### C: +野菜ジュース

- GOOD**
- ・野菜ジュース嫌いだか飲める
  - ・違和感なくなじんでる

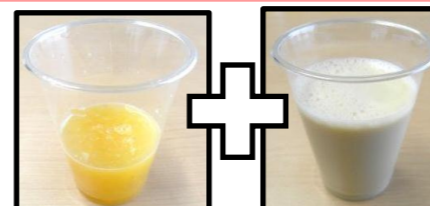
- BAD**
- ・いよかんの味が消えている
  - ・野菜ジュースそのままと変わらない



### D: +牛乳

- GOOD**
- ・とろっとしているのが不思議！
  - ・ヨーグルトみたいで美味しい

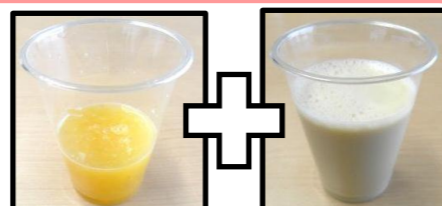
- BAD**
- ・牛乳の匂いがいよかん合わない
  - ・舌触りが好きではない



### E: +調整豆乳

- GOOD**
- ・豆臭さがなく、飲みやすい
  - ・甘みがちょうどよい
  - ・アイスをいれてシェイクにもなりそう

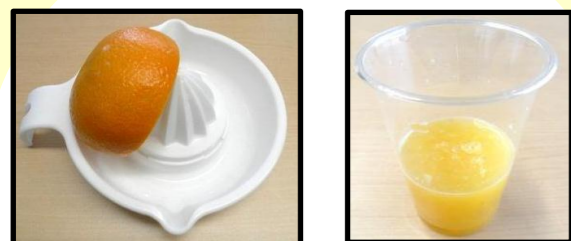
- BAD**
- ・いよかんの味が薄い



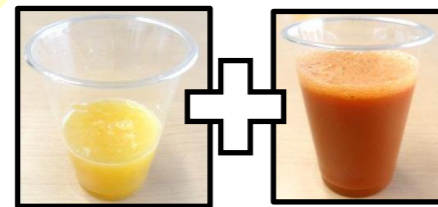
人気

アンケートをふまえて、オススメのいよかんジュース厳選3メニューをご紹介します！  
割合はあくまで参考程度にして、お好みの分量を見つけてください。

### いよかん果汁100%ジュース いよかん野菜ジュース

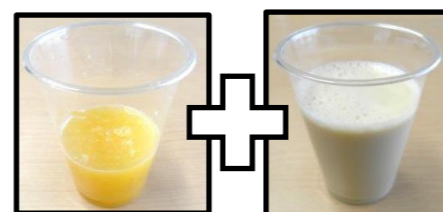


いよかんを絞ってそのままどうぞ！  
酸味が気になる方は、  
はちみつをいれても。



いよかんをしっかり味わいたい方は  
1:1で、ほんのりが  
好みの方は1:2で！

### いよかん豆乳



いよかん果汁と調整豆乳を1:2  
または1:1で混ぜます。  
疲れた体を癒す1杯です。

## 4.実践！せいかの『いよかん』鉄板レシピとは！

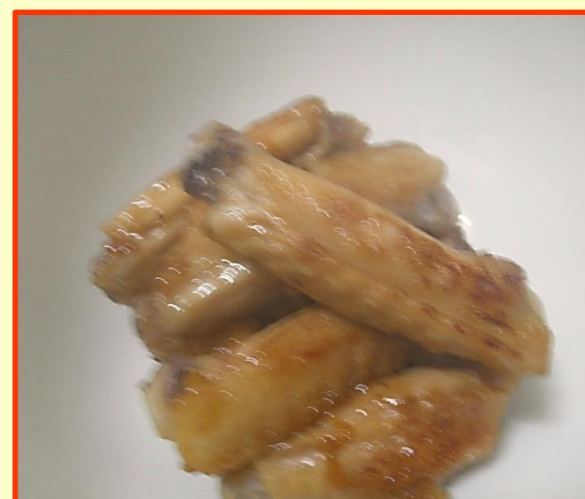
### いよかん果汁を使いこなす!!簡単レシピ!



#### えびとレタスのサラダ いよかンドレッシング

- <材料>2人分  
・サラダ用えび…適量 ・ペビーリーフ…100g レタス…適量  
<ドレッシング材料>  
・いよかん果汁…50ml(1/2個ぶん) ・塩少々  
・オリーブオイル…小さじ1

- <作り方>  
①レタスはちぎり、ペビーリーフと混ぜておく  
②ドレッシング材料を混ぜ、①にかければ完成！



#### いよかん香る！手羽中の照り焼き

- <材料>2人分  
・手羽中…8本 いよかん果汁…50ml(1/2個ぶん)  
・水…80ml ・はちみつ…小さじ2 しょう油…大さじ1  
・調理酒…大さじ1

- <作り方>  
①手羽中をフライパンで焼き、こんがり焼き目をつける。  
②残りの材料を混ぜたものを入れて、弱火で煮詰める  
③汁気がなくなったら、お皿に盛り付けて完成！



#### 豆乳シェイク いよかん風味

- <材料>2人分  
・調整豆乳…50ml ・いよかん果汁…100ml(1個ぶん)  
・バニラアイス…200g

- <作り方>  
材料全てをミキサーにかけ、グラスに注ぎます。

こんな方法ならもっと美味しい！もっと簡単に作れるよ！他にはこんな食べ方がオススメ！など  
みなさんからの情報、ご意見・ご感想ぜひお寄せください！  
もちろん！いよかんに限らずその他野菜果物なんでも大歓迎です！

宛先 メール:kaihatsu@tamaseika.co.jp お手紙:東京都国立市谷保367 東京多摩青果(株) 開発課宛

参考) WEB 果物ナビ 他  
文献 新ビジュアル食品成分表 他

担当:水野