



図鑑せ果物博士!

# はるかの巻

お問い合わせはコチラまで...

宛先 メール: kaiatsu@tamaseika.co.jp お手紙: 東京都国立市谷保6丁目2番地の1 東京多摩青果(株) 開発課宛

参考文献・(株)世界文化社「知ればもっとおいしい! 食通の常識 厳選フルーツ手帖」

参考サイト・果物ナビ・旬の果物百科・のま果樹園 他

※掲載している青果物の傾向は、既存文献等を参考とし、主に弊社職員が行った簡易的実験・計測結果をもとにしています。

担当: 中曽根

国立せいか(25)



## はるか ミカン科 日本原産

福岡県に住む男性が日向夏の種を庭に捨てたところ、明らかに日向夏とは違うものが生えてきました。それを育成・調査し、1996年に新品種として認められたのがはるかです。このような生い立ちから、「奇跡の柑橘」とも言われています。

日向夏の**突然変異**といえますね



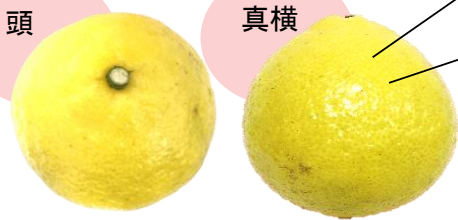
入荷時期: 2月~5月 3月が最も多く、全体の73%を占めます。

ピーク

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

主な産地: 愛媛県 多摩青果には愛媛県からの入荷が最も多く、佐賀県や愛知県が続きます。

## 『はるか』ってどんな果物?



頭

真横

頭がとんがっており、しずく形をしています。

外皮はごつごつした質感。明るい黄色です。

お尻のリングがトレードマーク!

果肉はゼリー状でとっても弾力があります!

お尻

果肉



## 『はるか』はどうやって食べるの?



ガチガチ  
ポロポロ……

皮がかた〜い  
種もいっぱい〜い

はるかは手で剥くには硬いです。ポロポロと皮が破れてしまいます。房ごと食べると袋が硬く、種もたくさん入っているので食べにくいです。

どうしたら美味しく食べられるのが、比べてみましょう!

### ①スマイルカット



赤道線で切ってから四分割する定番の切り方。種を取りやすいですが、ワタが口に残ります。手も多少汚れます。

### ②そぎ切り



りんごのように皮を剥き、そぎ切りにします。手間はかかりますが、種や薄皮が少なく食べやすいです。

### ③スプーンですくう



おすすめ!

半分に切り、グレープフルーツスプーンで食べます。皮離れが良いので食べやすいです。ぷるぷる食感を存分に味わえます!

## 日向夏と比べてみよう

直径が同程度の日向夏とはるかを1つずつ用意し、比較してみました。

	日向夏 	はるか 
直径	7.6cm	7.7cm
全体の重量	176g	203g
果肉の重量	85g	105g
ワタの重量	22g	16g
種	15個 1つだけ大きくて残りは小さい 	23個 大きさのばらつきは少ない 
味	クセが少なく、甘い	クセが少なく、さわやかな酸味
食感	シャキシャキ	ぷるぷる
香り	ふんわりと甘い	グレープフルーツのような強い香り
ワタ	甘くてしっとり	苦くてぼそぼそ



日向夏と違い、ワタは食べられないんだね

## 結論

はるかは日向夏とは全く違う特徴を持っていました。ぷるぷる食感と豊かな香りを是非お楽しみください!



## 実践! せいかの『はるか』レシピ



詳しい作り方はホームページに掲載しています。



なごり雪はるか



はるかのアスパラガスの春サラダ



はるかまぐろの軍艦巻