

この瞬間の出逢いを大切に

一果一会

巡る季節ひとつの果物を
四季折々も、ともおすすりめけ、いひとつの
果実にスポットをあてます

一果房おすすりめ一果

かんきつ

種類

みかん

代表品種

宮川早生
青島温州

種類

オレンジ

代表品種

バレンシア
ネーブル

タンゴール

みかんとオレンジの
かけあわせ

せとか
デスポン
糸まどい

グレープ
フルーツ

マーシュ
スタルビー
メロウゴールド

雑柑

かけあわせが
不明

しはかん
夏みかん
日向夏

レモン

リスボン
メヤレモン

文旦

かんきつ類の中で
果実が大きく/育

土佐文旦
白袖

香酸柑橘

再発味が
強く生食には
不向きだが、薬味・風味
づけにはおあめ。

ゆず
すだち
かぼす

みかんは
《歴史》中国では4、200年前にも栽培の記録が
残っており日本では400~500年前に
中国から伝わたとされます。

江戸元禄期には紀伊国屋文左衛門が
「紀州小蜜柑」というみかんを流通させました。
当時は木種ばかりで酸味が強い品種。

明治時代に入り皮が簡単におけて木種なし
食味のよいものが出来るようになりまして。

品種改良が盛んに行われ様々な
種類の柑橘が開発されました。
みかんの他には、みかんとオレンジの交配
タゴール類などでもっています。

9月~10月出荷されるみかんは
極早生 (じくわせ)



12月下旬~3月頃まで出荷される

晩生 (おくて)まで

産地や時期によって様々な品種が
ラインが存在しています。



👉 柑橘の栄養素と効果 👈

● ビタミンC

鉄分の吸収促進・白内障の予防
がんの予防 抗ストレス効果、美肌

● Bカロチン

大腸がんのリスクを下げる効果
皮膚がん・肺がんの抑制する効果があるといわれています。

● ヘスペリジン (ポリフェノール)

お酢や薄皮に 整腸作用のあるペクチン以外に
含まれるヘスペリジン。

血圧の上昇を抑制し毛細血管を
保護して血管の老化を防いでくれます。



かんきつ類の
あまいところは
皮に近いところが甘い
中心にほど糖度は
高くなります。

皮に近いほど糖度がたかい

静岡産三ヶ日みかん

(青島温州)

・ 収穫期 11~3月

・ 旬 早生 11~12月上旬

青島温州 12月下旬~2月下旬



日本三大産地

静岡県西部浜松市三ヶ日(みっかひ)町

温州みかんの最終盤に出荷されています

樹上で太陽の光を浴びると

酸が少なく甘味とコクを楽しむ。

三ヶ日町の土壌は秩父古生層とよみはれ

水はけが良く肥料の

コントロールもしやすい土地で

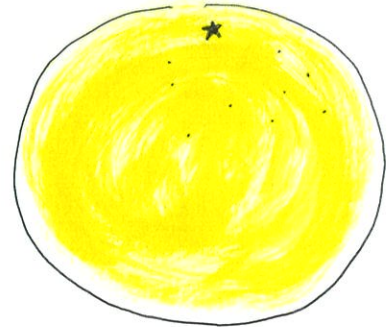
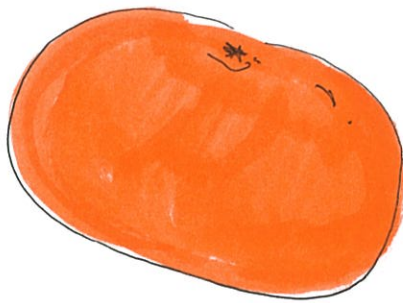
美味しいみかんができます。



せとか : 愛媛など • 時期 1月~4月

「清見オレンジ」に「アンコールオレンジ」をかけあわせ
さらに「マコトオレンジ」をかけあわせて
育成されました。

とろりととろける食感 香もよく
濃厚な味わいを楽しめます。



文旦 : 高知など • 時期 10月~4月

東南アジア原産で

かんきつ類の中では最も大きく
1個2kg以上になる品種もあります。

さわやかな香りとジューシーとした
食感をお楽しみいただけます。

土佐文旦、水晶文旦など

デッポン 熊本産 時期3月~4月



「清見オレンジ」と「ほい柑」の交雑種。

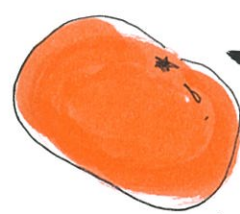
糖度13度以上 酸度1%以下の基準を
満たしたものがデッポン。

基準が下回るもの農協から認定されないものは
しらぬいとして出荷されます。



日向夏 宮崎産 時期5月~6月

宮崎の特産で黄色い皮をリンゴをむくようにして
白いワタと果肉を一緒に召上がります。
ワタの甘さとさわやかな香り果肉が
Dの中は河とも言えません。



甘平 かんぺい 愛媛産 時期1月~3月

2007年に登録された品種です。
形が平らであることから甘平と名付けられました。
果肉は鮮やかなオレンジ色がよく、ジューシーとした
食感をお楽しみいただけます。



柑橘類唯一アントシアニンを含む果実
愛媛産 グレートオレンジ Blood Orange.

2~3月お楽しみ
品種

モロ
MORO.

コクある甘々
濃厚な香り
すっきりとした酸
豊かな風味
果肉の赤さも濃い



3月~4月お楽しみ
品種

タロッコ
tarocco.

スペイン「サンキネロ」が
変異してできた
イタリア原産「タロッコ」
モロに比べて果実が大きい
皮がうすくて食べやすい



グレートオレンジには
ビタミンCが含まれているが美肌・風邪予防
ストレスを和らげられます。
ポリフェノール
アントシアニンも含まれており抗酸化作用や
視力回復にも役立ちます。