



「森のバター」と言われるほど良質な脂質をもち、栄養価が高い果実として人気のアボカド。太良町のミカン農家の皆さんが平成27年からアボカドの生産をはじめられ、昨年は300個ほど収穫されました。できるだけ農薬を使わずに栽培されており、実が大きく味が濃いと評判です！

研究会の皆さんにおすすめの食べ方をうかがうと「適度な厚さに切って、わさび醤油につけたり、鰹節をかけたりしたら美味しいですよ」と教えていただきました。

旬は8月～10月頃。太良町のふるさと納税の返礼品にもなっており、12月初旬までコムボックス佐賀駅前内の『さが風土館季楽』で購入できます。



太良地区
アボカド研究会の皆さん

なめらかな食感で
栄養たっぷり！
アボカド

特集

あれも これも
佐賀県産
野菜 & 果物
多彩な

佐賀県は農産物の宝庫！食料自給率は85%*と全国平均を大きく上回り、西日本では第1位です。食料自給率を支える米や麦の他、農産物が穫れるのも魅力のひとつ。玉ねぎ・れんこん・アスパラなどの産地としても有名な佐賀県ですが、今月産の野菜&果物を紹介！ふるさとの農産物をぜひ味わってください。

※食糧自給率はカロリーベースで算出しています (R2年度、概算値)



美しい、美味しい、
ゆたかな香り。
唐津の白いちご

詳しくは
こちら



井手農園
(唐津市相知町)
井手 重夫さん

テレビ番組で紹介されるなど、全国的に注目されている唐津の白いちご。井手農園で品種改良されて生まれた「雪うさぎ」「天使の実」は、唐津の農家5人だけが栽培する希少ないちごです。その白さとみずみずしい果肉で高い評価を得ています。味わいは、すっきりした甘さで酸味が少なく、豊かな香りが特徴。

「とても大きい実からは、桃やメロンのような果実の香りが楽しめますよ」と井手さん。

白いちごは井手農園の店舗のほか、唐津市や相知町の道の駅などでも購入できます。(12月～5月) 美しく美味しい唐津の白いちごをご賞味ください。



本場の味と香り！パクチー

エスニック料理に香りや彩りを添えるパクチー。江口さんは本場タイから種を取り寄せ、味も香りもガツンと強めでエグミが少ないパクチーを、武雄市を拠点に生産されています。

「パクチーの旬は夏だと思われがちですが、一番美味しい季節は冬です。冬のパクチーは、ほんのり甘みも感じられますよ！」と江口さん。

パクチーはシュウマイなどの蒸し料理や、パクチー鍋もおすすめ。葉や茎だけでなく、より強い香りを楽しめる根っこを素揚げにしても美味しいです。



江口農園のパクチーは産直サイト『ポケットマルシェ』で購入可能。もちろん根っこ付きです！



江口農園
(武雄市北方町)
えぐち りゅうすけ
江口 竜左さん



葉酸やカロテンなどの栄養を豊富に含み、トロツとした果肉を種ごと食べるパッションフルーツ。日本では鹿児島や沖縄が主な産地ですが、中山さんはみやき町で栽培されています。

「無農薬でつくっていて、お客さんからは『味が濃くて美味しい』と喜んでいただいています」と笑顔を見せる中山さん。

旬は6月後半～7月後半ですが、パッションフルーツを使ったシャーベットやロールケーキ(冷凍)は1年を通して販売されていて、ナカヤマファームの店舗などで購入できます。今の季節はいちごも作られていますので、ぜひ農園に足を運んでみてください！

詳しくは
こちら

Nakayama Farm KASAKOYA
(みやき町天建寺)
なかやま なほ
中山 菜穂さん



トロピカルな風味で
美容にもいい！
パッションフルーツ

