

里芋



日本には稲作よりも前、縄文時代に伝わったとされる歴史のある野菜です。親いもを囲むように子いも、孫いもが育つため、豊作や子孫繁栄の象徴ともされてきました。「帛乙女」「里のいもこ」ほか、県内で生産される里芋は「大和早生」が主流で、定番の煮物以外にも、揚げ物や蒸し物も美味しい品種です。また、いも類の中で特にカロリーが低く、ヘルシーです。カリウムが多く含まれているため、余分なナトリウムの排出を促し高血圧の改善に役立つと言われています。葉と茎の間の部分(葉柄)も食べることができ、「いもがら」や「ずいき」などという名称で店頭に並ぶこともあります。



出荷時期

出荷時期：9月～3月

貯蔵性が高いため長期間出荷されていますが、9月下旬から12月にかけて出荷のピークです。



JA新潟かがやき管内収穫地域

- ① 新潟市秋葉区(新津・小須戸)
- ② 五泉市
- ③ 阿賀野市(笹神)

知っ得！豆知識

乾燥と寒さに弱いため、新聞紙に包んで冷暗所で保存します。

帛乙女

五泉地区の里芋は「帛乙女(きぬおとめ)」というブランド名で県内外に出荷されています。日本三大白生地産地である五泉の絹織物の「帛」にたとえ、乙女のような愛らしさで親しんでもらえるようにと命名されました。皮をむくと真っ白で独特のぬめりがあり、なめらかな食感で煮崩れしにくいのが特長。新潟県の郷土料理「のっぺ」には欠かせない食材です。ブランドれんこん「五泉美人」、ブランドねぎ「やわ肌ねぎ」と合わせて、五泉三大美人と呼ばれています。

旬の時期：9月～3月

生産地：五泉市

 JA新潟かがやき



里のいもこ

新潟市秋葉区の新津・小須戸地区で生産されるブランド里芋。阿賀野川流域の肥沃で水はけの良い地域を中心に、旧新津市、五泉市(一部)、旧小須戸町で栽培されています。面積は約8ha、出荷量は県内トップ3に入る大産地。平成15年(2003)5月には、旧新津市、旧小須戸町が国の指定産地となり、里芋産地として認められました。栽培されている品種の多くは「大和早生」。丸い形が自慢で、肉質は白く、独特のヌメリがある上質の里芋です。

旬の時期：9月～3月

生産地：新潟市秋葉区
(新津・小須戸)

 JA新潟かがやき

