

恵那のイチゴで作ってみよう!



ココ! POINT

煮ているとき、アクが出たら取り除きましょう。

常温に戻してから食べると甘みが増すよ



イチゴジャム

自家製のおいしさは格別! トーストやヨーグルト、パンケーキなどに。

材料

- イチゴ……1パック(300g)
- 砂糖……150g(イチゴの重さの半量)
- レモン汁……大さじ1



クッキング START!

- イチゴのへたを切り落とし、縦に半分に切る。
- ボウルにイチゴ、砂糖、レモン汁を入れて混ぜ、ラップをして水分が出るまで常温で1時間ほどおく。
- 鍋に①を入れて中火で熱する。
- 煮立ったら弱火にし、混ぜながら煮汁が半量になるまで10分ほど煮詰めて、冷ます。

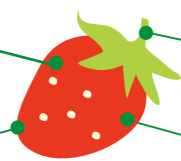
Tips おいしいイチゴの選び方

張りツヤがある

しなびていない

傷がない

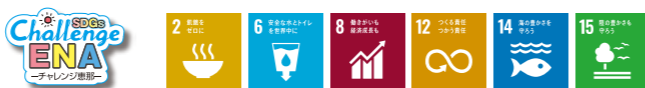
色づきが良い



お買い物へ行こう! 下記店舗などで、購入可能です。

スーパーマーケット、Aコープ、コンビニエンスストア、グリーンセンター、道の駅、農家直売、えなてらす、アエルショップ、産地直売所

もっと知ろう恵那の食



氏名

【取材/協力】 東美濃農業協同組合、石川農園、すまいるふぁーむ阿部農園

発行 恵那市 農政課

〒509-7292 岐阜県恵那市長島町正家一丁目1番地1 ☎0573-26-2111(内線:374)

伝える! 恵那の食文化

The food culture books in Ena city Vol.03

真っ赤でかわいい

「イチゴ」の話



市内にはイチゴ狩りが楽しめる農園もあるよ



作ろう!

知ってる?

教えて!

イチゴジャム

イチゴの品種

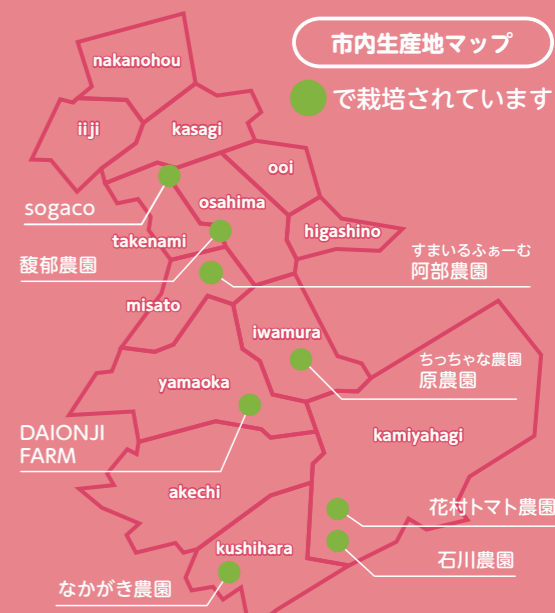
恵那で作っている

イチゴの育て方

イチゴ栽培の歴史

市内生産地マップ

●で栽培されています



岐阜県恵那市

採れたてがおいしい! 春を知らせる「イチゴ」

寒い季節に、一足早い春を感じさせてくれるイチゴ。イチゴはハウスの中で暖房を使って育てられますが、恵那では外気の冷たさや土の霜などの影響により、ハウス内でも寒暖の差が大きくなります。それが、恵那のイチゴのおいしさのヒミツ。厳しい寒さによって実がひきしまり、甘みも増すのです。

恵那の気候が
おいしさにつな
がっているよ

胸の高さほどに
設置されたプランター

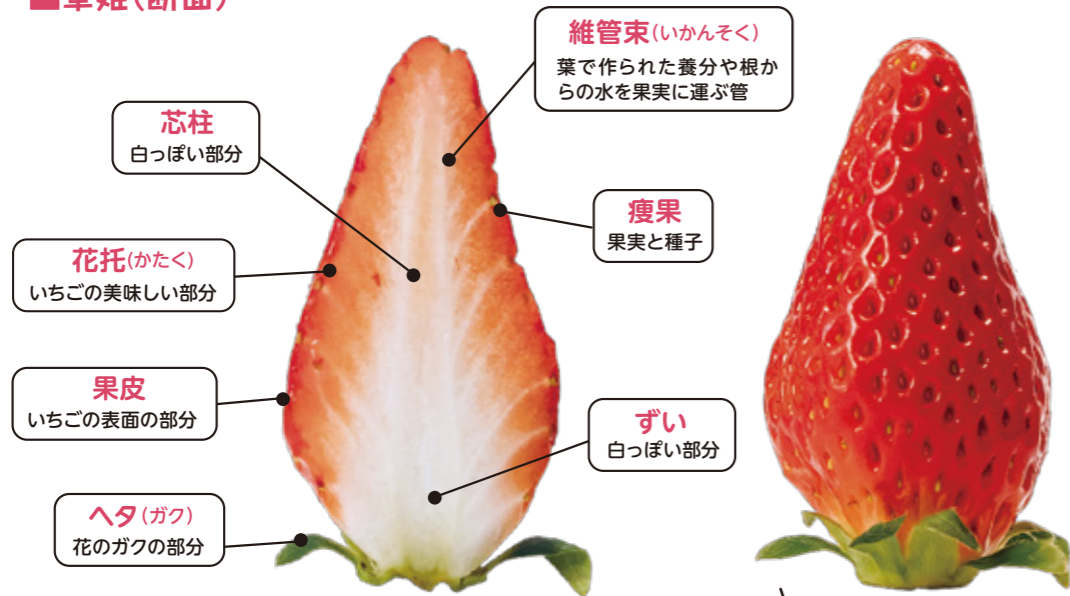


イチゴ徹底解説!

イチゴの断面を見てみよう

おなじみのイチゴも、じっくり観察すると
いろんな発見があるかもしれません。

■章姫(断面)



■分類・種類

バラ目バラ科バラ亜科
オランダイチゴ属
オランダイチゴ種

■栄養

ビタミンCが豊富で、
10~11粒食べれば1日
分の推奨量を満たすこ
とができます。食物纖
維や葉酸も多く含まれ
ています。

恵那のイチゴはハウス栽培

恵那のイチゴのほとんどはハウス内で栽培されています。現在は、地面ではなく胸ほどの高さに設置したプランターで栽培する高設栽培が主流です。寒さが厳しい恵那では、ハウス内でも寒暖の差が大きく、温暖な気候の土地で育つイチゴと比べ、実のひきしまり感や糖度が増すのだそうです。



何棟も並ぶハウス



ハウス内にはたくさんのプランター

「イチゴ」の育て方

少しむずかしいイチゴの栽培。初心者の方には旬の時期に
収穫できる一季なりのイチゴを試してみてもは。

1 苗に水をやる (12~2月 休眠期)

イチゴは乾燥が苦手ですが、水をやりすぎると根腐れの原因になるので、土が乾いていたら水をあげましょう。12~2月の休眠期は、土の表面が白く乾いたら水を与えます。



2 肥料をまく (11月、2~3月)

植えつけ1ヶ月後と、苗が休眠から覚めて成長し始める2~3月頃に、化成肥料かイチゴ用の肥料を与えます。



3 枯れ葉とランナーをつみ取る (3月中旬~)

この頃になると急に苗が大きくなります。根の近くの枯れ葉や、長く伸びてくる、つる(ランナー)をつみ取りましょう。



4 人工授粉 (4月)

花の咲き始めの時期は受粉を助けるミツバチなどが少ないため、やわらかい筆などで花の中心(雄しべ・雌しべ)をまんべんなく、人工授粉をするとよいでしょう。



5 収穫 (5月)

花が咲き出してから30~40日で収穫できます。お家でいちご狩りを楽しみましょう!



明治時代に
栽培用の品種が
日本に導入
されたよ

日本にイチゴが
伝来したのは
江戸時代末期
オランダから

夏はトマト、
冬はイチゴを作る
生産者さんが
増えているよ

恵那で作っているイチゴの品種

恵那で主に栽培されているイチゴの品種は「章姫」と「紅ほっぺ」。それぞれの特徴を紹介します。



あきひめ
章姫

果実がやや大きく、細長い円すい形をしています。酸味が少なく、その分甘みが強く感じられるのが特徴です。



べに
紅ほっぺ

果実はやや縦長の円すい形で、果肉が硬め。甘みと酸味とバランスがよく、強い風味と華やかな香りが特徴です。

栽培面積
1.49
ha
栽培戸数
9戸

令和3年度(実績)

イチゴの花を見てみよう

丸みを帯びた5枚の花びらからなり、花びらの下にあるがく片は、成長するとイチゴの実のヘタとなります。雄しべの中心部に花托(かたく)と呼ばれる部分があります。花托は、のちにイチゴの実となります。



イチゴ栽培の歴史

露地栽培
から
ハウス栽培へ

1年中収穫が
可能

品種は
300種
以上

イチゴ栽培の歴史

日本にイチゴがもたらされたのは江戸時代。明治時代に本格的なイチゴ栽培が始まり、戦後になると各地で品種改良や栽培法の発達が進みました。最初は露地栽培で収穫が5月頃に限られていましたが、ハウス栽培の発

展と普及により、今では1年中収穫が可能になっています。現在、農林水産省に登録されているイチゴ品種は300種以上。恵那のイチゴづくりは、現在、気候に合う「章姫」「紅ほっぺ」が主に栽培されています。