

かき

【選び方・食べ頃】

【管内主産県】



全体的に着色している

張りがあり、へたの部分の皮に亀裂がない



重みがある

【旬】

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

【品種紹介】

さいじょう
西条 (渋柿)



鳥取県提供

中国地方特有の品種で、鳥取県・島根県を中心に栽培されています。上品な甘さと口の中であとろける食味が絶品な渋柿です。

はなごしょがき
こおげ花御所柿 (甘柿)



鳥取県の旧郡家(こおげ)町の在来品種で平成30年に地理的表示(GI)に登録された甘柿。果肉がなめらかで、甘くてジューシなことが特徴です。

毎日200g食べよう！

健康と、果物を毎日の生活に定着させるために、1人1日200g以上の摂取が推進されています。

かきは1個で200g！
(小玉は2個)



○機能性成分
ビタミンCや食物繊維も比較的多く、多様なポリフェノールが含まれています！

【生産の様子】

渋柿はアルコールや炭酸ガスで処理することで、渋み成分のタンニンが不溶性になり、渋みを感じなくなります。



渋柿は天日干しにすることで渋みが抜け、干し柿として美味しく食べることができます。