

# 第 1 1 回 健康野菜塾テーマ食材

## 旬の柑橘類 ～国産柑橘類～

### ☆ 歴史 ☆

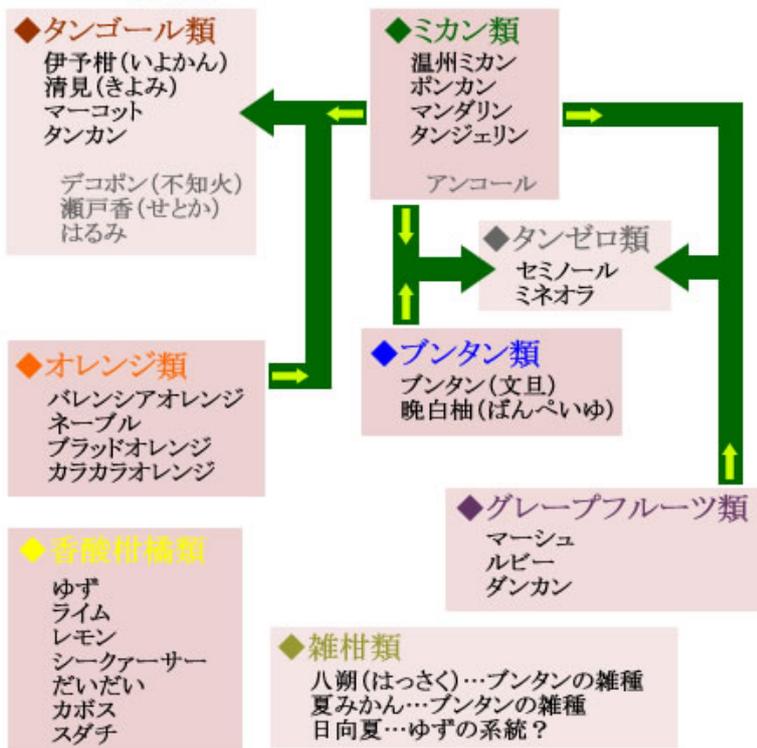
原産地はインド・アッサム地方を中心とする東南アジア一帯とされ、ここから多くの種類がわかれて世界中に広がりました。

分類法には多くの説がありますが、皮が剥きやすく生食に向くみかん類やオレンジ類、グレープフルーツ類、果実の大きいぶたん類、雑種性のものなどを雑柑類。またレモンのように酸味が強く薬味や調味料として使われるものを香酸柑橘類と呼び分けることが多い。みかん類とオレンジの雑種など新しいタイプも数多く登場し、輸入品も急増して柑橘類の世界は非常に多彩になりました。

### ☆ 柑橘類の分類 ☆

柑橘類をグループに分けると、みかん×オレンジで誕生したものが『タンゴール』、みかん×ブントン・みかん×グレープフルーツなどは『タンゼロ (タンジェロ)』という分類に属します。

#### カンキツ分類表



## ☆ 品種の御紹介 ☆

柑橘類は非常に種類が多く、世界に数百種類あります。本日はこの数ある品種の中から、今が旬の国内で栽培されている柑橘類を取り上げました。



### 伊予柑

- 産地 ● 愛媛
- 特徴 ●

正確な起源は不明ですが、みかん類とオレンジ類の交雑種と言われており、明治時代に山口県萩市で発見されました。その後、愛媛県で本格的に栽培がスタートし、地名の『伊予』という名前が付けられました。果皮はやや厚めで剥きやすく、果肉もジューシーで甘酸のバランスも良好。現在生産されている9割以上が『宮内いよかん』という品種です。



### 清美

- 産地 ● 愛媛
- 特徴 ●

温州みかんとオレンジを掛け合わせたもので、1979年（昭和54年）に登録されました。果重は200～250gくらいで、果肉はやわらかくて果汁もおおく、みかんの甘味とオレンジの香りが楽しめます。果皮は温州みかんに比べるとやや厚めですが、じょうのうは薄く果肉は袋ごと食べられます。主な産地は愛媛・和歌山・佐賀などで店頭には並ぶのは2～4月頃です。



### マーコット

- 産地 ● 佐賀
- 特徴 ●

正確な由来は不明ですが、大正時代にアメリカで誕生した品種で、みかん類とスイートオレンジを掛け合わせたものと考えられています。日本へは1965年（昭和40年）頃に導入されました。果重は150g前後で糖度が高く、濃厚な甘味とほのかな酸味があります。果皮は薄めですが、ややむきにくく種も多めです。



### たんかん

- 産地 ● 鹿児島
- 特徴 ●

たんかんは『ポンカン』×『スイートオレンジ』として中国で誕生しました。サイズは150gほどで、中国南部や台湾で多く栽培されており、国内では鹿児島や沖縄、宮崎などの地域で栽培されています。多汁で甘味が強くほのかな酸味があって風味が豊かです。皮はややむきにくいですが、袋は薄いのでそのまま食べられます。



### デコポン

- 産地 ● 佐賀
- 特徴 ●

『清美』と『ポンカン』の交雑種で頭の部分が出っ張っているのが特徴です。サイズは230g前後で見た目はずんぐりしていますが、甘味が強く袋ごと食べられる手軽さが人気です。『デコポン』は熊本果実連の登録商標で、正式な品種名は『不知火（しらぬい）』です。不知火のうち糖度13度以上、クエン酸1%以下のものが『デコポン』として流通しています。



### はるみ

- 産地 ●
- 特徴 ●

『清美』と『ポンカン』を掛け合わせて誕生した品種で、1999年（平成11年）に登録されました。サイズは200g程度で果肉は柔らかく糖度は平均13度と食味は良好。皮が剥きやすく、じょうのうが薄いので袋ごと食べられるのも魅力です。

## せとか

- 産地 ● 愛媛 他
- 特徴 ●

『清美×アンコール』と『マーコット』を交配して2001年(平成13年)に登録された新しい品種です。果重は200~270gくらいで主に愛媛や佐賀、長崎で栽培され、2月頃に収穫されます。果肉はやわらかく多汁で濃厚な甘味があり、温州みかんのように袋ごと食べられるため人気が高まっています。



## 三宝柑

- 産地 ● 和歌山
- 特徴 ●

起源は明らかではありませんが、江戸時代に和歌山城内にただ1本の原木があり、その果実を三宝に載せて殿に献上したところから、この名が付けられたと言われています。当時は、城外持ち出し禁止で一般には栽培されていませんでした。皮はあまり苦味がなく、春らしいさわやかな香りと鮮やかな明るい黄色をしているので、季節を伝える食材として料亭などの料理にも使われています。



## 密柑

- 産地 ● 和歌山
- 特徴 ●

みかんには「有田みかん」や「愛媛みかん」などいろいろありますが、これらはどれも「温州みかん」のことを指します。実は、温州みかんには「宮川早生」や「南柑20号」などたくさんの品種があるのですが、店頭では品種名ではなく地域の名前をブランド名として販売することが多いです。



## ポンカン

- 産地 ● 愛媛
- 特徴 ●

インドが原産の柑橘で、日本には明治時代に伝わりました。果実はやや少なめですが、香りが良く甘味もたっぷり。皮がむきやすく食べられるもの魅力です。主産地は、愛媛・鹿児島・熊本・大分・高知などで12月~2月頃に出回ります。



## アンコール

- 産地 ● 愛媛
- 特徴 ●

『キング』と『地中海マンダリン』の交雑種で1965年(昭和40年)にカリフォルニアで生まれました。果実は100~150gと小ぶり、濃いオレンジ色の果肉は糖度が13~15度と高くコクがあります。種がやや多めですが、果皮は剥きやすく袋ごと食べられます。主に愛媛や大分で生産。『アンコール』という名前は“一度食べるともう一度食べたくなるから”ということからついたと言われています。



## タンゴール

- 産地 ● 愛媛
- 特徴 ●

『温州みかん』と『トロピタオレンジ』の交配種です。清見タンゴールは、八幡浜近郊での栽培が盛んです。その果肉のみずみずしさは、柑橘のなかでトップクラスを誇ります。ネーブルのように、輪切りにしてお召し上がりになることをお勧めします。人気が高いため、栽培量の多い柑橘です。



## ミネオラ

- 産地 ● カリフォルニア
- 特徴 ●

『ダンカングレープフルーツ』と『ダンシータンゼリン』から生まれた品種で、セミノールと同じ『タンゼロ』に分類されます。『デコボン』のように頭の部分が出っ張っていますが、別の種類です。セミノールのようにジューシーで香りがよく濃厚な味わいが楽しめます。果皮は濃いオレンジ色をしていて種は少なめです。



## セミノール

- 産地 ● 愛媛
- 特徴 ●

薄くなめらかな赤褐色の果皮が特徴のセミノールは『ダンカングレープフルーツ』と『ダンシータンゼリン』と掛け合わせてアメリカで誕生した品種です。日本には1954年(昭和29年)に導入されました。甘味の酸味のバランスがよく果汁も豊富。種が多めですが、温州みかんのように袋ごと食べられます。



## 夏みかん

- 産地 ● 静岡
- 特徴 ●

『夏橙』ともいいブントンの雑種として江戸時代に山口県で誕生しました。明治時代から栽培が行われましたが『甘夏』や『グレープフルーツ』にシェアを奪われ、昭和40年代から生産量が減少。酸味が強いので、ゼリーやマーマレード、お菓子などに加工されることが多い品種です。



## はっさく



- 産地 ● 広島・和歌山
- 特徴 ●

江戸時代に広島で発見されたブンタンの雑種。甘味と酸味が適度にあり、中にはほんのり苦味を感じるのがあります。果肉はやや硬めで、風味は良好。“はっさく”とは旧暦で8月1日（9月頃）のことで、この日から食べられることからこの名がついたと言われています。

## 日向夏

- 産地 ● 宮崎
- 特徴 ●

『ニューサマーオレンジ』などとも呼ばれる柑橘で、1820年代に宮崎県で偶然発見されました。詳細は不明ですが、ゆずの系統と考えられます。黄色い果皮はやや厚めで、ナイフで白い部分を残すように皮をむきカットして食べるのが一般的。果肉は果汁が多くて爽やかな甘酸っぱさが味わえます。



## 甘夏柑

- 産地 ● 熊本
- 特徴 ●

夏みかんの枝変わり種で、夏みかんに比べて酸味が少なく甘味があるのが特徴です。1935年（昭和10年）に大分県の川野氏宅で発見されたことから『川野なつだいたい』という名前で品種登録されています。現在、夏みかんと言えばこの甘夏を指すことがほとんどです。



## 金柑

- 産地 ● 佐賀
- 特徴 ●

果実の大きさが10gくらいで、「丸きんかん」、「福州きんかん」、「長きんかん」、「寧波（にっぽう）きんかん」などの品種があります。果肉が酸っぱく果皮に苦みがありますが、甘みも持ち合わせているので皮ごと食べられます。また砂糖漬けやマーマレード、金柑酒などにも利用されます。



## ジューシー

- 産地 ● 熊本
- 特徴 ●

河内晩柑・美生柑とも呼ばれる柑橘で、大正時代の初めに熊本県河内吉野村で発見された文旦の血を引く偶発実生です。風味が良く、さっぱりとした食味で、「苦味のない和のグレープフルーツ」、果汁たっぷり“ジューシーフルーツ”と呼ばれるといわれています。



## 晩白柚

- 産地 ● 熊本（八代）
- 特徴 ●

重さが2kgにもなる大きなブンタンで『オクテシロザボン』ともいわれます。原産はマレー半島で昭和初期に日本に導入され現在は熊本県八代市の特産物として人気。果皮は黄色でとても厚く、白いアルベド部分は1~2cmほどになります。果肉はとても柔らかく爽やかな酸味をもっています。香りが良く常温で1ヶ月という日持ちのよさも特徴です。



## ブンタン

- 産地 ● 鹿児島 他
- 特徴 ●

『ザボン』や『ボンタン』とも呼ばれる大きめの柑橘です。香りがよく甘酸のバランスのとれた上質な味わいです。果重は400g前後で、黄色い果皮は厚く、果肉は基本的に淡黄色ですが、中には赤肉のものもあります。国産ではしっかりと歯ごたえと爽やかな食感の『土佐ブンタン』が有名ですが、果肉が柔らかくて多汁な『水晶ブンタン』も人気。



## すだち

- 産地 ● 高知
- 特徴 ●

『ゆず』の近縁となる香酸柑橘で、果実は30~40gと小さ目。徳島県の特産として有名です。適度な酸味と香りがあり、果汁は焼き魚やマツタケ料理などに利用されます。別名『すだちばな』とも言われます。熟すと果皮が黄色になりますが、緑色の方が風味豊です。



## ゆず

- 産地 ● 高知・徳島
- 特徴 ●

100~120g位の大きさと、芳香と適度な酸味と香をもっている香酸柑橘です。果汁を調味料に加えたり、果皮を細かく切って、七味唐辛子に入れるなど、食味のアクセントとしてよく利用されます。一般的な『黄柚子』は秋からでまわりますが、初夏には『青柚子』も流通します。

