ハーティーちゃんの地元自慢コラム

JIMOTO JIMAN COLUMN

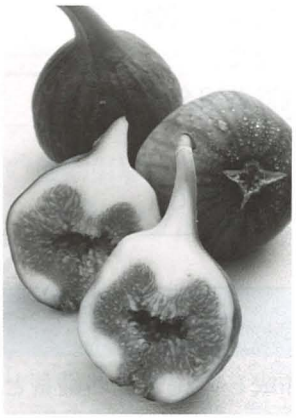
VOL.3 ひょうごの美味し(うま)風土(FOOD)編 4

ひょうご安心ブランド

ひょうご推奨ブランド

「兵庫県認証食品」
兵庫県産の農林水産物及びこれらを原料として県内で製造された
加工食品のうち、安全・安心で個性・特長がある食品を紹介していきます。

ひょうごのいちじく



完熟出荷のため真っ赤に色づき、甘くてボリュームのあるいちじくをご紹介します。

兵庫県内にはいちじくの産地がいくつかあります。神戸、川西、小野、姫路、淡路など、県南の温暖な地域で栽培されています。

いちじくは、漢字では「無花果」と表記され、その名のとおりいちじくの花らしいものを見ることはできません。しかしいちじくに花がないというわけではなく、袋状の空洞になった果実の中に花びらのない小さな花が隠れてたくさん咲いているのです。

いちじくには、「酸化防止」、「消化促進」そして「整腸作用」という体にうれしい機能が備わっています。いちじくに含まれるポリフェノールの一種であるアントシアニンは、活性酸素を消去する働きがあり、老化の一因と考えられている細胞の酸化を防止してくれます。また、いちじくには、腸の働きを整えてくれたり、乳酸菌の発酵を促進し、血糖値やコレステロールを下げてくれる水溶性の食物繊維、ペクチンがモモやリンゴの3倍、ブドウの6倍も含まれています。美容の効果も期待できるいちじくを是非ご賞味ください。

JA兵庫六甲「スマイル阪神」やJA兵庫みらい「サンパティオおの」などの直売所のほか、青果店やスーパーでもお求めいただくことができます。

鶏卵(オクノの玉子)

ひょうご安心ブランドに認証された鶏卵(オクノの玉子)をご紹介します。

農薬の使用を慣行栽培よりも低減した飼料用米(兵庫県産15%以上)を使用する等、こだわりの飼料を自家配合していること、そして抗生物質等の残留防止の取組を行っていること等が特長です。

また、第8・9・10回日本たまごかけごはんシンポジウム「TKG(たまごかけごはん)チャンピオンシップ」(2012・13・14年開催)でオクノの玉子を使ったTKGが3連覇を果たしました。フード・アクション・ニッポンアワード2013商品部門でも優秀賞を獲得しており、安全安心に加えて「昔ながらの自然な味がする」といわれるおいしさが自慢となっています。

JA兵庫南「ふぁ〜みんSHOP」、JA兵庫六甲「六甲のめぐみ」など直売所の他、インターネットでも販売されています。たまごかけごはんチャンピオンの味は、株式会社オクノが運営する「加古川農家食堂」及び三宮の「居酒屋ひょうご食農ふぁん」でもお楽しみ頂けます。

株式会社オクノHP　http://www.okunofarm.co.jp/

居酒屋ひょうご食農ふぁん　https://www.facebook.com/hyogosyokunoufan

記事・写真提供／兵庫県 消費流通課