



独特の苦みが  
食欲をそそる

# 食の太鼓判

安心・安全に  
こだわって生産しました！  
かがしまの農林水産物  
認証制度(K-GAP)

Kagoshima Good Agricultural Practice

第十回

# ピーマン



## おすすめレシピ

### ピーマンのオープン焼き

#### <材 料(3人分)>

- ピーマン/小3個 ● マヨネーズ/小さじ6(30g)
- ベーコン/1切れ(約20g)
- とろけるチーズ/小さじ3(約9g) ● 濃口醤油/少々

#### <作り方>

- ① ピーマンは縦2つ切りにして、中の種を取り除く。
- ② ①にマヨネーズ小さじ1、ベーコン1/6切れ、とろけるチーズ小さじ1/2の順に入れる。
- ③ ②の上から醤油を一滴たらし、オーブントースターで3~5分焼いたら出来上がり。(チーズが溶けるのが目安)

※味付け、焼き具合は好みにより加減してください。熱いうちに食べるとよりおいしくいただけます。



### かがしまの農林水産物 認証制度(K-GAP)とは

K-GAPは、安心・安全を考えて県が策定した基準に沿って生産者自らが行う記録・点検・評価・改善の農業生産工程管理(GAP)の取り組みを外部機関が審査・認証する鹿児島県独自の制度です。

和洋問わず、いろいろな料理に用いられる万能野菜、ピーマン。緑色のピーマンは、若いうちに収穫したもので、完熟すると赤くなります。唐辛子を品種改良して食べやすくしたもので、名前もフランス語で唐辛子を意味する「ピマン(piment)」に由来しています。原産地は中南米の熱帯地方で、日本には16世紀頃に伝わったとされており、一般家庭に定着したのは20世紀半ば頃です。鹿児島県では、「かがしまブランド産地」の東申良や志布志を中心に生産されています。

ビタミンCやカロテンを

多く含んでおり、中ぐらいのピーマン4個で1日に必要なビタミンCが摂取できます。ピーマンのビタミンCは加熱調理による損失が少なく、油で調理するとカロテンの吸収力もアップします。おいしいピーマンは肉厚で全体的に緑色が濃く、色も均一で艶があります。ヘタから先に傷むので、きれいなヘタを見極めるのが新鮮なピーマンを選ぶコツです。また、比較の日持ちが良く、10日程度は保存できますが、切り口は傷みやすいので、なるべく1個を使いきるのがいいでしょう。



# 健康野菜の優等生

温暖な気候に恵まれ県内有数の園芸産地として知られる東申良町。JA鹿児島きもつき東申良町園芸振興会ピーマン部部長の前原廣（まえはらひろし）さんに、東申良地区のピーマン生産の特徴と今後の展望について伺いました。

## 東申良地区のピーマンについて教えてください。

東申良町でピーマンが生産されるようになったのは約40年前からです。平成4年に県内で2番目の「かごしまブランド産地」に指定され、今年で産地指定20周年を迎えました。東申良と志布志の2地区のハウス栽培で、県内の約8割のピーマンを生産しています。

ピーマンは通常夏が旬ですが、私たちの地域では温暖な気候と冬場でも日照時間が長いことを生かし、10月末から5月末にかけて出荷しています。

冬の寒さがピーマンの生育にとっては一番の大敵なので、ボイラーなどを使用して、冬場でもハウス内は常時20度に設定しています。

平成23年度は約4900トンを出荷し、そのうち約9割は関東や関西を中

心とした県外の市場向けで、冬場でも新鮮なピーマンが味わえると高い評価を得ています。

## ピーマンをメインにしたイベントも行っているそうですね。

東申良町では、毎年6月に「ピーマン狩り&農業祭」というイベントを実施しています。出荷時期を終えたハウスでピーマン狩りを楽しむことができ、試食も楽しめます。今年には約1800人に参加していただき、非常ににぎわいました。

また、ピーマンもなかやピーマンソフイー（焼き煎餅）といったオリジナルの商品を開発・販売している店舗もあり、ピーマンの町としてさらなるイメージアップを図っていきたくと考えています。



JA鹿児島きもつき東申良町園芸振興会 **ピーマン部** 部長 **前原 廣**さん

## K・GAP認証取得について教えてください。

平成16年に県内で初めてK・GAP認証を取得しました。以降は、毎年取得しています。ほとんどのピーマン栽培農家が有機肥料を使用しており、病害虫の予防などに努めています。これにより、苦味が抑えられ甘みが増すことにもつながっているといます。個人的には、ピーマンを千切りにして塩昆布とあえたシンプルな食べ方が好きですね。

## 今後の展望は。

東申良地区のピーマン栽培に関しては、ありがたいことに若手の後継者が多く、親子で生産しているところもたくさんあります。これからも安心・安全なものを作っていくのはもちろんですが、さらなる消費拡大に向けて施設整備や生産面積の拡大、生産者の技術向上、積極的な販売促進活動を進めていきたいと考えています。

## “食の安心・安全情報メール”配信中!

随時登録できます

- ◆「食の安心・安全推進パートナー」に登録すると、県から月2回程度、「食の安心・安全情報メール」を配信します。
- ◆メールでは、食の安心・安全に関するトピックスやミニ基礎知識、食品衛生情報などをお知らせします。
- ◆鹿児島県内にお住まい、または勤務する個人や、県内に事務所等がある団体・企業・学校等であれば、どなたでも登録できます。(登録料・年会費は不要です。ただし、通信料は利用者の負担となります。)

※詳しくは、県ホームページで「食の安心・安全推進パートナー」を検索するか、県庁食の安全推進課へお問い合わせください。



登録申し込みQRコード

**K-GAP認証取得状況(県全体)** 59品目で233団体・個人が279件の認証を取得しています。(平成25年10月現在)

K-GAPはKagoshima(鹿児島)のGood(良い)Agricultural(農業の)Practice(やり方)の頭文字を略しています。GAPは「農業生産工程管理」を表します。

県庁食の安全推進課

TEL 099-286-2888