

畜産王国かごしまが誇る「黒」の魅力

鹿児島黒牛

先人達が、長い歳月をかけ、改良を重ねて完成した「鹿児島黒牛」は、「きめ細かく柔らかな肉質」「さらりと上品な脂」「上質な和牛香」「美しい霜降り」が特長です。

平成29年12月には、国がその産地と品質を保証する地理的表示(GI)保護制度に登録されました。

最近では、アジアを中心にアメリカやEUなど、海外でも人気が高まり、輸出量は年々増加しています。



全国和牛能力共進会は5年に1度開催される和牛の品評会で、全国から選抜された和牛を一堂に集めて、改良の成果や優秀性を競います。

令和4年10月に「第12回全国和牛能力共進会」が鹿児島県で開催され、過去最多となる41道府県から438頭が出品されました。

鹿児島県からは、県内各地から選ばれた代表牛24頭を出品。全9部門のうち6部門で首席(農林水産大臣賞)に輝くとともに、牛の姿・形を審査する「種牛の部」では内閣総理大臣賞を受賞し、「鹿児島黒牛」が二大会連続となる「和牛日本一」の栄冠に輝きました。

さらに、肥育牛の肉質等を審査する「肉牛の部」では最優秀枝肉賞も受賞しました。



かごしま黒豚

「かごしま黒豚」のルーツは古く、約400年前に島津家により琉球から移入されたといわれています。

長年にわたる改良と、安全でおいしい黒豚肉の生産を目指す生産者や関係者の努力により、「鹿児島といえば、黒豚」といわれるほど、鹿児島県の食の代表格として、県内外で人気を得ています。

特に、出荷前60日以上サツマイモを含んだエサを食べさせるなど、厳格なルールの上に生産される「かごしま黒豚」は、「歯切れが良くジューシー」で、「甘み」、「旨み」、「良質な香り」に富む肉質が自慢です。

最近ではシンガポール、香港、台湾を中心に輸出されています。



かごしま地鶏

「かごしま地鶏」は、鹿児島県を代表する鶏で、国の天然記念物にも指定された「薩摩鶏」を父にもつ、3つの銘柄があります。

「さつま若しゃも」は、旨み、歯ごたえ、舌触りとバランスのとれた美味しさが楽しめます。

「さつま地鶏」は、完成までに10年の歳月をかけ、「地鶏銘柄鶏食味コンテスト」で日本一の評価を受けたこくのある旨みが楽しめます。

「黒さつま鶏」は、最も新しい地鶏で、「黒」を基調とした外観から、「鹿児島黒牛・黒豚」に続く、第三の「黒」ブランドとして誕生しました。適度な弾力がありつつも柔らかい食感と、脂ののりが良くジューシーな味わいが楽しめます。



鹿児島県を代表する農産物

さつまいも



出荷時期 周年

生産量 日本一

「ベニサツマ」、「安納紅」、
「安納こがね」、「へにはるか」
など種類が多い



主な産地 指宿・南薩・曾於・熊毛

そらまめ



出荷時期 12月～5月

大粒で甘味が強く
味が濃厚

生産量 日本一



主な産地 指宿・出水

実えんどう



出荷時期 11月～5月

鮮やかな緑色で、
甘さが自慢

11月から5月まで
長期に出荷



主な産地 指宿・出水

オクラ



出荷時期 4月～10月

濃緑肉厚で独特な食感と
ネバネバが特徴

生産量 日本一



主な産地 指宿

ピーマン



出荷時期 10月～6月

表皮の濃い緑と張り、艶
苦みが少ないのが特徴



主な産地 東串良・志布志

きんかん



出荷時期 12月～3月

大玉で丸ごと食べられる

皮が甘く、ビタミンCが
豊富



主な産地 南薩・川薩

大将季



出荷時期 11月～5月

不知火より、果皮、
果肉の橙色が濃い

・鹿児島県だけで栽培
・糖度と酸のバランスが
よく、とても甘い



主な産地 出水・日置

紅甘夏



出荷時期 2月～5月

甘夏より、果皮の紅色が
濃い

ジュースで爽やかな
甘さ



主な産地 出水

マンゴー



出荷時期 4月～8月

トロピカルで芳醇な香り

忘れられない、
とるけるような甘さ



主な産地 曾於・日置

かごしま茶



出荷時期 周年

煎茶、紅茶、抹茶など
多様な茶種

生産量(荒茶)
全国第2位



主な産地 県内全域

県内には、市場(実需者)や消費者から品質面等で一定の評価を得ている農畜産物が県内各地で生産されています。

なお、おいしさと信頼の証として、「かごしまブランドマーク」が表示され販売されています。

～おいしさと信頼の証～



かごしまブランドマーク

かごしまブランド産品である野菜、果物の収穫時期

セットメニュー

単品メニュー

かごしまの特産品

かごしまの郷土料理

栄養価一覧表

品目	春 3~5月	夏 6~8月	秋 9~11月	冬 12~2月
そらまめ				
実えんどう				
スナップえんどう				
いんげん				
さやえんどう				
ピーマン				
きゅうり				
ミニトマト				
トマト				
かぼちゃ				
オクラ				
にがうり				
なす				
ばれいしょ				
さつまいも				
ごぼう				
にんじん				
さといも				

品目	春 3~5月	夏 6~8月	秋 9~11月	冬 12~2月
らっきょう				
だいこん				
根深ねぎ				
はくさい				
キャベツ				
ブロッコリー				
こまつな				
青パパイア				
たんかん				
きんかん				
大将季				
紅甘夏				
マンゴー				
パッションフルーツ				
辺塚だいだい				
桜島小みかん				
いちご				



本県の食を広く紹介するホームページ「かごしまの食ウェブサイト」を開設し、様々な情報を提供しています。

「かごしまブランド産品をはじめ本県で生産された農畜水産物や、食に関するイベント、産地情報などの情報を紹介しています。」

【かごしまの食ウェブサイト】
URL <http://kagoshima-shoku.com/>



かごしまの食ウェブサイト
<http://kagoshima-shoku.com/>

かごしま旬のさかな

マダイ



産卵のために北上する上り鯛。桜の花が咲く頃が美味しいとされるため、「桜鯛」と呼ばれています。お祝いの席に、そして淡泊な味の白身魚として、食卓を賑わせてくれます。

3月～4月

カツオ



たんぱく質が多く脂肪が少ないのが特徴。鮮やかな赤身が食欲をそそります。たたきはもちろん、サラダ風のアレンジで季節の野菜と一緒に楽しめます。

3月～5月

春

アオリイカ



イカの王様アオリイカはミズイカと呼ばれ、県民に親しまれています。冷凍しても味が変わらない上、甘みが増すので、贈答用としても喜ばれます。

3月～5月

トビウオ



屋久島・沖永良部・与論島など、県内でも暖海域に生息。コリコリとした歯ごたえを楽しむなら刺身ですが、塩干物にするのもおすすめです。また、つみれ汁やさつま揚げもおおすすめです。

5月～6月

キビナゴ



郷土料理の逸品として欠かせないキビナゴ。見た目も鮮やかな菊花造りは、身が銀色に輝き圧巻の一言。手開きで簡単に刺身にでき、みりん干しや一夜干しなど加工品も多くあります。

5月～6月

トコブシ



黒潮流域の沿岸部に生息するアワビに似た巻貝で、種子島を中心に生産され、地元ではナガメラとよばれて特産品になっている。肉質はやわらかく、刺身の他、冷凍、味噌漬けなどは土産物としても喜ばれます。

6月～8月

夏

マダコ



春から夏にかけて産卵期のマダコは栄養もたっぷりです。身も柔らかく、錦江湾や長島周辺に多く、沿岸でとれるものは、地ダコとして県民に親しまれています。

6月～8月

ウナギ



本県の養殖生産量日本一。温暖な気候、豊富な用水、種苗となるシラスウナギの供給体制が整っていることなどから、ウナギの養殖が県下で広く営まれています。ビタミンたっぷり、夏バテ解消にぴったりです。

6月～8月

セットメニュー

単品メニュー

かごしまの特産品

かごしまの郷土料理

栄養価一覧表

バショウカジキ



秋の到来を告げる、愛称“秋太郎”は、芭蕉のように見える大きな背びれが特徴。脂肪が少なく、刺身はさっぱりといただけます。

9月～11月

ツキヒガイ



月日貝。表が太陽の赤、裏が月の白をしていることから、そう呼ばれています。甘みがあり、味も濃いです。刺身やバター焼きなど、シンプルな調理が素材を引き立てます。

9月～11月

秋

サバ



サバは特に鮮度が大事です。皮につやがあり、持つとピンとしているものが新鮮です。鮮度を守るため、出荷直前に首を折ってしめる屋久島の「首折れサバ」が有名です。

9月～11月

カンパチ



本県の養殖生産量日本一。一見ブリやヒラマサと似ていますが、眼から上の部分に黒い帯があり、背面から見ると左右2本の縞が八の字に見えます。程よく脂ののった味とこりこりした食感が特徴です。

9月～11月

アサヒガニ



生きてみても鮮やかな紅色をしている高級ガニ。見た目以上に身がたっぷり詰まっています。しっかりした身質は上品な味わいです。活魚輸送が難しいため、土産向けには冷凍して供されています。

9月～11月

ブリ



本県の養殖生産量日本一。温帯性の回遊魚で、成長するにしたがって呼び名が変わる“出世魚”として縁起の良い魚。たんぱく質、脂肪、ビタミンが多く含まれ栄養面でも抜群です。和洋中華いろいろな料理に合います。

12月～2月

マイワシ



昔からどの食卓にも登場するマイワシ。冬の脂ののった時期がおいしいです。脂ののったものは刺身、塩焼き、煮物などどんな食べ方でも美味しいですが目刺しなど塩干品としても親しまれています。

12月～3月

カサゴ



その姿からは想像も出来ないほど旨み成分たっぷりの高級魚。上品な白身で刺身はもちろん煮付け、唐揚げ、味噌汁などでも楽しめます。

12月～3月

冬

イセエビ



おめでたい席にはかかせない“イセエビ”。長寿の特徴として広く親しまれています。刺身や茹でて食べるのが美味しいですが、頭を入れた味噌汁もおすすです。

12月～3月

クルマエビ



養殖物と天然物があり、養殖生産量は全国でもトップクラスです。きれいな砂地に生息する「クルマエビ」は、甘みとプリプリとした食感が昔から人気です。

12月～3月

「かごしまのさかな」ブランド認定制度

県では、鹿児島県で生産された養殖ブリ・カンパチについて、品質等が優れた市場や消費者等のニーズに応えられる等、県内生産者のモデルとなるような優れたものを、「かごしまのさかな」としてブランド認定しています。



○「かごしまのさかな」を認定する団体

水産関係団体、学識経験者、消費者代表、流通関係者、県から構成される「かごしまのさかなづくり推進協議会」

○選定基準

- ・ 養殖生産履歴を作成し、消費者からの情報の求めに対し公開できるシステムが構築されていること。
- ・ 持続的養殖生産確保法に基づく「漁場改善計画」が遵守されていること。
- ・ 県内生産者の模範となる先進的な取組がなされていること。

○「かごしまのさかな」に認定されている魚種

カンパチ	ブリ
「いぶすき菜の花カンパチ（山川町漁協）」 「かのやカンパチ（鹿屋市漁協）」 「ねじめ黄金カンパチ（ねじめ漁協）」 「海の桜鮓（垂水市漁協）」 「辺塚だいたいカンパチ（高山漁協）」	「鱈王（東町漁協）」 「さつま黒酢ぶり（福山養殖）」 「ぶり大将（牛根漁協）」

鹿児島県の特産林産物



原木しいたけ

鹿児島県の原木しいたけは、クヌギやコナラなどの原木に種菌を植え付けて育てられ、農薬や肥料を使用することなく、原木の養分だけをもとに生長・収穫された、自然栽培の食材です。

森の四季のなかでじっくり育てられた原木しいたけは、味や香り、歯ごたえがよく、低カロリーで体にやさしい成分や食物繊維も豊富です。

さらに、乾燥させた乾しいたけの美味しさと保健的効能は別格で、その旨みは郷土料理にはなくてはならない要素となっています。



きくらげ

きくらげは、ビタミンB2 やカルシウム、マグネシウム鉄などのミネラルが豊富で、独特のコリコリした食感があり、様々な料理に使える食材です。

国内で消費されるきくらげの約9割は中国産ですが、沖永良部島のきくらげは有機成分をたっぷり含んだ栄養豊富なサトウキビの搾りかす（バガス）を菌床に使ったもので、なかなか食する機会の少ない国産きくらげのなかでも、独特の栽培方法で育てた安心安全な食材です。



たけのこ

鹿児島県は全国一の竹林面積を有しており、竹の種類も豊富で、晩秋から早春にかけてのモウソウチクにはじまり、初夏のダイミョウダケやコサンダケ、盛夏のリョクチクなど、一年をとおしていろいろなたけのこを食することができます。

たけのこはビタミンやミネラル、繊維質が豊富で、様々な食材と合わせることで独特の食感を楽しむことができます。



かごしまの農林水産物認証制度(K-GAP)の紹介

かごしまの農林水産物認証制度(K-GAP)は、安心・安全の基準に沿った、生産者の取組を認証する県の制度で、都道府県では最も早く、平成16年度に創設されました。

認証を受けて生産された農林水産物には、認証マークを表示することができます。
 K-GAP= Kagoshima(かごしまの), Good(よい) Agricultural(農業の), Practice(やり方)



← K-GAP 認証マーク

このマークは「安心・安全」へのこだわりのしるしです。

かごしまの農林水産物認証制度 (K-GAP) の仕組み



セットメニュー

単品メニュー

かごしまの特産品

かごしまの郷土料理

栄養価一覧表

鹿児島県の郷土料理

かごしまの味～伝えたい、広めたい、郷土の“食”～

鹿児島県は南北600キロにも及ぶ様々な地理的環境が豊かな食材を生み出すとともに、消費者である県民と生産者が近い、という恵まれた環境にあり、多くの郷土料理があります。

どの郷土料理も鹿児島の豊かな農林水産物を活かしたものであり、昔から受け継がれてきた知恵と食生活が伺えるものです。

これらの郷土料理の中から、平成27年に「かごしまの味」県民投票結果をもとに、「かごしまの味制定委員会」において、鹿児島県全域18品、奄美地域10品を「かごしまの味」として制定しました。

この「標準献立レシピ集」においても、鹿児島の郷土料理を活用した献立があります。

鹿児島県全域の郷土料理・郷土菓子

からいもご飯



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会

「からいも」とは「さつまいも」のことです。さつまいもの甘みとごはんの相性がぴったりです。

41ページ
単品メニュー(主食)に掲載

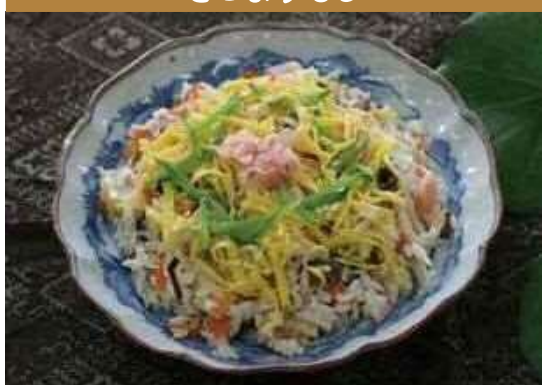
酒ずし



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会

魚介類と山の幸を贅沢に使い、酢を使わず地酒をたっぷり使って発酵させた豪華な押し寿司です。

さつますもじ

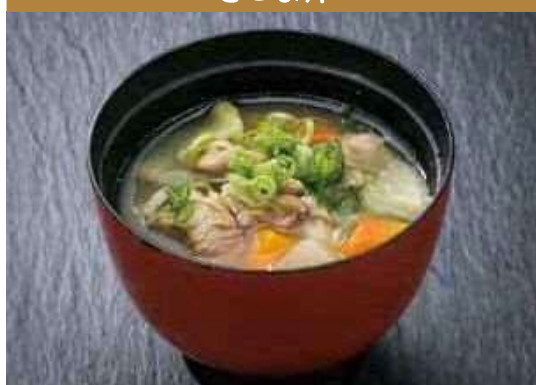


画像提供：(公社)全国学校栄養士協議会

「すもじ」とは宮中の女房言葉で「すし」のことです。鹿児島の春の祝い行事には欠かせない料理です。

41ページ
単品メニュー(主食)に掲載

さつま汁



画像提供：鹿児島県学校栄養士協議会

鶏肉が入った具だくさんのみそ汁です。闘鶏で負けた鶏をみそ汁にしたのが始まりと言われています。

53ページ
単品メニュー(汁物)に掲載

セットメニュー

単品メニュー

かごしまの特産品

かごしまの郷土料理

栄養価一覧表

豚汁

県民投票第3位



画像提供：NPO法人霧島食育研究会

鹿児島は豚の飼養頭数が日本一です。豚肉の脂が汁の表面を覆うため冷めにくいのが特徴です。

10ページ

セットメニュー(第1例:朝食)に掲載

ヘチマ汁



画像提供：NPO法人霧島食育研究会

ヘチマは鹿児島で古くから食べられてきた夏野菜です。お盆の精進料理としても食べられます。

54ページ

単品メニュー(汁物)に掲載

がね

県民投票第1位



画像提供：NPO法人霧島食育研究会

揚げた姿が「かに（鹿児島弁で「がね」）」に似ていることからこの名前が付きしました。

きびなごの刺身



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会

新鮮なきびなごを手開きにした刺身です。菊の花のように盛りつけ、酢味噌でいただきます。

つけあげ



画像提供：鹿児島県学校栄養士協議会

季節毎に獲れる魚のすり身を成形し、油で揚げて作ります。「さつまあげ」とも呼びます。

10ページ

セットメニュー(第1例:朝食)に掲載

鳥刺し（とりさし）



新鮮な鶏肉を刺身で食べるのは鹿児島の独特の食文化です。醤油としょうが、にんにくでいただきます。

豚骨（とんこつ）

県民投票第2位



画像提供：今村学園ライセンスアカデミー

ぶつ切りにした豚のあばら肉を大根やこんにゃくと一緒にやわらかく煮た料理です。

あくまき



画像提供：鹿児島県学校栄養士協議会

灰汁（あくじり）に餅米を一晩つけて、竹の皮に包んで煮て作ります。端午の節句には欠かせません。

34ページ

セットメニュー(第7例:朝食)に掲載



画像提供：NPO法人霧島食育研究会
つきたての餅に蒸したさつまいもを加え、芋をつぶすように突き混ぜる餅菓子です。

55ページ
単品メニュー(その他)に掲載



画像提供：(公社)全国学校栄養士協議会
かるかん粉(米の粉のあらびき)と山芋を使った蒸し菓子です。中にあんを入れると「かるかんまんじゅう」になります。



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会
黒砂糖と小麦粉を焼いて三角に切った焼菓子で、「下駄の齒(鹿児島弁で「げたんは」)に似ていることから、この名前が付けました。



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会
「両棒餅」「ちゃんぼ餅」とも書きます。お餅に2本の竹串が末広がり刺されていることから、この名前が付けました。



鹿児島発祥の氷菓です。かき氷の上に加糖練乳をかけ、缶詰などの果物を盛りつけ、その上に小豆かんを乗せたものが本来の姿です。

画像提供：(公社)鹿児島県観光連盟



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会
小麦粉、重曹、黒砂糖等を混ぜ、蒸して作ります。

55ページ
単品メニュー(その他)に掲載

奄美地域の郷土料理・郷土菓子



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会
固めにゆでたそうめん野菜、油、だしをからめて作ります。お茶うけにも出される料理です。

43ページ
単品メニュー(主食)に掲載



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会
ご飯に具材をのせ、鶏がらスープをかけた奄美のおもてなし料理です。

39ページ
単品メニュー(主食)に掲載

セットメニュー

単品メニュー

かごしまの特産品

かごしまの郷土料理

栄養価一覧表

三献（さんごん）



画像提供：奄美の食と文化／浜田太

奄美地域で食べられる、正月や祝日などハレの席の儀式食です。一の膳から三の膳まであり、それぞれの膳の間に焼酎がふるまわれます。

豚骨野菜（ぶたほねやさい）



画像提供：奄美の食と文化／浜田太

大きく切った島豚とツワブキ、昆布、大根、にんじん、コシヤマン（在来種の山羊）を煮込んで作ります。

ミズイカのマダ汁



画像提供：奄美の食と文化／浜田太

ミズイカは胴長 40cm にもなる大きなイカです。だし汁と味噌、湯通ししたイカをひと煮立ちさせた後、黒袋（マダ）からしぼった墨汁を加えて作ります。

黒糖

県民投票第3位



さとうきびの絞り汁を直火釜で煮詰めて作ります。特有の風味と香りがあり、お茶うけとしても食べられています。

パパイヤ漬け



画像提供：奄美の食と文化／浜田太

青パパイヤは野菜として、漬物や炒め物に使用されます。パパイヤ漬けはお茶うけや常備菜として作られます。

豚みそ（ぶたみそ）

県民投票第2位



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会

豚肉と島味噌を混ぜ合わせて作ります。ご飯のおとも、お茶うけとしていただきます。

かしゃもち



画像提供：奄美の食と文化／浜田太

よもぎと餅を合わせ、カシャ（クマタケラン）の葉に包んで蒸して作ります。とても香りの高いお菓子です。

みき



画像提供：鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会

米の粉、さつまいも、砂糖で作る、奄美に伝わる飲みものです。普段から飲まれているほか、高祖祭には赤飯や煮物と一緒に供えます。