

柑 橘

原産地：中国西部、ミカン科、ミカン属

①オレンジ類 ②グレープフルーツ類 ③ミカン類 ④香酸柑橘類に分類される。
オレンジとミカンの交配されたタンゴール(雑柑)に清見、不知火、天香、はるみ、
紅マドンナなどがある。

温州ミカンは300年前鹿児島県大島で突然変異で種なしミカンとなった。
健康への効果は非常に高い。



剪定：時期は3月～4月にする。

仕立て方法は盃状3本仕立てにする。

(枝が立っていると着果が遅れる。)

植えて4年間は摘果して実を付けさせない。年を追うごとに着果数を増やすこと。

摘果：1次摘果(7月中旬頃)樹の下層部で日に当たらない所や主幹部分、さらには
小さい・傷付き果を摘果する。

2次摘果：(8月中旬頃)下層部や着果が多い枝で小さい果実を摘果して
温州ミカンは1果に葉数40～45枚程度にする。

雑柑は(ハッサク、夏ミカン等)1果に葉数90～100枚程度にする。

収穫：着色し酸味が適当になった頃、はさみで収穫する。

収穫の際枝が他の実を傷つけないため2度切りをする。

収穫後1週間程度予措貯蔵をする。(水分を飛ばすため)

本貯蔵は：木箱又はコンテナ6割に入れて乾燥しない冷暗所に保管する。

1ヶ月毎に上下を入れ替える。

肥培管理：1a 当たり基肥(11月)有機化成肥料 8 kg、

追肥(3月上旬)4 kg を施す。

防除：

農薬名	対象病害虫	散布時期	散布濃度
マシン油乳剤 97%	カイガラムシ	12月～3月	60倍
スプラサイド	カイガラムシ	6月下～7月初旬	1500倍
サンマイト	ダニ	8月	1500倍

果実が黒くなるのはアブラムシかまたは、カイガラムシによるもの。



ミカンご飯



ジャム



ジュース

柿

原産地：中国西部

柿の分布は東アジアの一部に分布している。
日本での栽培は非常に古く7世紀には栽培されていた。柿は甘柿と渋柿に分類される。



品種： 甘柿は富有、太秋、早秋

渋柿は愛宕、五番、平無核

植付： 11～3月の休眠期が適する。 厳寒期の1月は避ける。

場所は日当たりの良い所、土質はやや粘土質で腐植質の多いものが良い。

植え付けは、1週間前に深さ50cm、直径50cm程度の穴を掘り、掘上げた土に有機質堆肥、ヨウリン、苦土石灰を混ぜて埋め戻しておく。

植え付け時は深さ50cm、直径50cm程度の穴を掘り、苗の根を広げて、丁寧に埋め戻す。

植え付けは接ぎ木部分は埋めないこと。地上部60～70cm程度に切り戻す。

植え付け直後は根が活着していないので倒伏防止のため支柱をする。

その後水をたっぷりかける。

水やり： 植え付け後しばらくは乾いたら水をやる程度の灌水。

活着後は水やりの必要はない。

株元に段ボール紙を敷くと乾燥防止になる。

肥料： 12月に有機質肥料や粒状肥料 200g／本 程度を寒肥として施す。

追肥： 7月には粒状肥料 100g／本

収穫後のお礼肥には粒状肥料 100g／本

剪定： 柿は無剪定で育てると「隔年結果」という現象が出てくる。

「隔年結果」防止するために毎年きちんと剪定をしてやるのが大切。

剪定の適期は1月。仕立て方法は開心自然形。主幹を短くして、そこから3本の亜主枝を出し、そこに側枝をバランスよく出す。

(枝が立っていると着果が遅れる。)

柿は新梢の先端とその下2～3芽に花芽が付く。翌年この花芽から新梢が伸びて、開花、結実する。したがって、前年に伸びた枝の先端を短く剪定してしまうと、実がつかなくなるので注意が必要。

枝が混みすぎている場合は、果実の無い枝、徒長枝など、結果枝の妨げになっているものは間引き剪定をする。剪定後の切り口の癒合促進には、殺菌剤「トップジンMペースト」を塗布する。

摘蕾： 開花の15日ほど前までに摘蕾をする。

1結果枝当たり、3つの蕾は1～2個、

4つは2個を残す。2個以下は全部落とす。



摘果： 生理落果が終わる7月になったら葉20枚に1果となるよう摘果を行う。変形果や病害虫果を果梗から切り取る。

摘蕾の目安

防除： ヘタ虫防除等 6月中旬、7月中旬、9月上旬にスミチオン水和剤 1000倍散布。

収穫： 甘柿は着色する頃適宜収穫する。

渋柿は10月下旬から12月上旬までに3～4回に分け収穫して、干し柿や渋抜きをする。

キウイ

特徴： 中国長江中流域の山岳地帯を原産地とする。
マタタビ科でニュージーランドの国鳥、キウイに似ていることから命名された。
キウイは品種改良され多くの品種が出来ている。
最近、機能性果実としても注目されていてビタミンC含有量がトップクラスでビタミンEや食物繊維も豊富。
また、アクチニジンというタンパク質分解酵素をもっている。
雌雄異株で、実を付ける雌木と花粉を持つ雄木が必要。



ニュージーランド国鳥「キウイ」

品種： ヘイワード、香緑、さぬきゴールド、香粋、雄木、マツワ、トムリ、

植付： 1 1～3月の休眠期が適する。 厳寒期の1月は避ける。2～3芽残して60cm程度で切り返す。
棚仕立てでは、支柱のそばに雌木を植え、まっすぐに誘引する。
肥料は1 1月に有機質肥料1000g/本、 2月に粒状肥料100g/本を施用する。

摘蕾： 蕾がつき始めたら摘蕾を行う。1節に2～3個残してその両端を摘み取る。側花が付く場合は側花を除ける。

受粉： 開花したら人工授粉をすれば、より確実に着果できる。
雄花を雌花に押しつけて受粉させるが1花で10花位できる。

摘果・袋掛け： 6月中旬頃、奇形果や虫害果を摘果したのち袋掛けをする。

収穫： 追熟させて食べる果実なので堅い 11 月上旬に収穫する。果実を握り横にねじると果梗部がとれて収穫出来る。貯蔵は冷蔵庫か冷暗所に置いておく。

食べる時は、キウイとリンゴを袋に入れて 7～10 日程度置き、柔らかくなったら食する。(リンゴは熟成を促進させる)

剪定： 1 2 月下旬～ 2 月上旬の休眠期に行う。
混み合った部分の枝を間引いて、全体に日当たりが良くなるようにする。
実がついた枝は 3～4 芽残して切り返す。実がつかなかった枝は 8～10 芽残して切り返す。

防除： あまり病気は罹らないが、収穫後に果実が柔らかくなる軟腐症防除するため 6 月中旬、袋掛けの前にトップジン M 水和剤 1000 倍で散布する。

野菜の加工や保存

目的

I 収穫物そのものを保存し、長期にわたって食べる。

- ① 乾燥
- ② 低温(冷凍)
- ③ 塩・砂糖漬
- ④ 条件保存

II 収穫物の良さや特徴を生かして新しい食品にし、食べる。

- ⑤ 発酵
- ⑥ 濃縮
- ⑦ 粉末

問い 下の表の上段の食品の保存や加工は上記の○番の方法によるものが良いかを記入してみよう

食品	カボチャ	まめ類	キューリ ビール漬	さつま いも	奈良漬	うどん	キンカン ジャム
番号							

答えは p99

奈良漬

- 二回に漬ける
- ① 塩漬 2～3日・・・白瓜 10Kg 塩 1250g
 - ② 一回目 一年後・・・酒粕 10Kg 砂糖 1Kg みりん 500g
 - ③ 二回目 5～6カ月以降、食可能
・・・酒粕 10Kg 砂糖 1.1Kg みりん 500g

原材料 白ウリ 4月中旬から下旬に苗の植え付け、六月中旬に収穫。
直径 10cm、長さ 20cm 程度になったら収穫、目的の総量を勘案する。

ヘタ、種を取り除いたもの・・・・・・・・・・10Kg

食塩 量は、漬け込む期間に応じて変化させる。

砂糖 ざらめ

酒粕 板カスを寝かし発酵を終えたもの（練かす）

① 塩漬け

- ・ 瓜を水洗い、へタの切り落とし、二分割し種・ワタを取り除く。
- ・ 瓜全体に塩を塗り付け、重ねていく。漬物樽に切り口を上向きに重ねるを繰り返す。
- ・ 漬物ふた(落とし蓋)し、瓜重量の 1.5~2 倍の重しを載せる。
- ・ 2~3 日程度で水が上がったら塩水を切り(ザルなどに開けると早い)瓜を乾いた布で拭く。



② 一回目(下漬け)

- ・ 練粕にザラメとみりんを混合しておく。
- ・ 漬物樽にポリエチレン袋(漬物一号など)を入れ、底に混合した粕を 2cm 位敷く。
- ・ 布で拭いた瓜の凹面に混合粕を入れ、隙間なく並べて、繰り返し重ねていく。
- ・ 最後は粕で全体をふたするように入れる。内側の空気を抜きながら袋を絞り、ゴムまたはひもでしっかり縛る。蓋をして、漬け込みの年月日を記入し、冷暗所に保存。



- ・ 半年から 8 か月後には食べられるが・・・
- ・ 一年保管してより美味な二回目を推奨する。

一回目の漬け込み

③ 二回目(漬け替えにによる本漬け)

- ・ 混合粕を調整するとき、一回目の瓜を味見して砂糖の量を決める。まったく砂糖を入れないで置くと、甘みが粕に吸収されるので注意。

- ・ 一回目の粕を手で拭き取る



一年経過 取り出し



二回目の漬け込み

- ・ ポリ袋を樽に入れ、新たな混合かすを底に 2cm 程度敷く。
- ・ 以下一回目と同じ
- ・ 冷暗所に保管、半年ほどたつと飴色になり美味しく食べることができる。
- ・ 取り出したら空気を抜き密閉すること。
- ・ 貯蔵年数が経つと色は濃くなってゆく。

味 噌

大豆栽培 六月下旬に播種、二週間後に植え付け、11 月葉が
あらかた黄化落葉したら収穫。

ポイント：チッ素分を抑え草丈を大きくしない。

収穫後 殻付のまま十分天日干し、豆が自然にはじけ出る
ようになれば、脱粒 → 租選別 → 精選別
→ 天日干し → 保存する



味噌作りの材料 「さぬきの中味噌」

大豆	1Kg
糀 <small>こうじ</small>	1.5 ～ (1.7Kg)
食塩	0.5Kg
出来上がり	4.5 Kg (塩分 12%)

「白みそ」

	1Kg
	2.5Kg
	0.38Kg
	5.2Kg (塩分 7%)

- ① 味噌仕込の日をあらかじめ決定し、それに向けて糀の注文をする。
保存容器の手入れ、保存ポリ袋、練機の点検等実施。
(1月下旬から2月上旬実施が多い)
- ② 前日、大豆を水洗いし、煮る鍋に十分な水
で浸す。
- ③ 当日、煮初めから 1～2 時間は灰汁取りを行う。
焦げ付きに注意、加水と時々の攪拌。
親指と薬指に豆を挟み楽に潰れるようになれば
終了。



煮初めて 5 時間後

- ④ 少し冷えたらザルに上げ自然冷却。(煮汁利用も一方法)

- ⑤ 糀と食塩を混合し そこへ冷えた煮豆を入れ混合する。
練機を使って、つぶしと混合。



糀、塩と煮豆を混ぜ合せ



味噌搗き機を利用

- ⑥ これをポリ袋に空気を含まぬようにしながら詰め込んでゆく。
表面を平らにしラップを張り、空気を逃がすように絞り、ポリ袋を縛る。
レシピ、日付等を記録し冷暗所に保存する。



ラップ張りを行った



保存直前

梅シロップの寒天菓子

シロップづくり

冷凍梅＋同量の白砂糖を入れ、
10日間放置。梅を除き、液を
鍋にとり、静かに煮る。(15分間)
消毒済の器に入れ冷蔵保存。

シロップを5～7倍に希釈。
寒天を混ぜて沸騰。
粗熱を取ったら型に流す。
冷えたら冷蔵庫で固める。



大根のユズ漬

大根 10Kg を四つ切りし、食塩 500g をまぶす。10K の重しで 3 日間漬ける。水切りをして、新たな器に大根・こぶ砂糖・ゆず 2 個分の皮を交互に入れ最後に酢 600g を入れて重し 5Kg で 2 週間たてばよい。



きんかんジャム

きんかん、杏、梅、イチゴ、等ほとんど同じ方法。

きんかんの場合 1Kg+グラニュー糖 1.3Kg+レモン 1 個分の果汁+ホワイトリカー50ml 種を丁寧に抜くこと、糖は 300g 程度ずつ加えながら 10 分程度ずつ加熱がポイント。

イチゴのアイス

イチゴ

牛乳

砂糖を好みで入れミキサーで攪拌。

小さな器に分けて冷凍保存。



モモのヨーグルト和え

生のモモは変色しやすいがヨーグルトを絡めると変色がない。

食べやすくするため小さな容器を準備する。

ヨーグルトは市販のものでもよいが、保存量が多い場合や回数がある場合は自家製のヨーグルトを用意するとよい。固めたものを溶かしても風味、食感は変わらない。

杏仁豆腐

材料	杏仁	50g	+	水	320ml
	寒天	2g	+	水	200ml
	ゼラチン	3g	+	水	15ml
	砂糖	40g			
	牛乳	100ml			
	エバミルク	60ml		*	
	コンデンスミルク	60ml		*	
	生クリーム	100ml		*	



杏（あんず）



仁 種 殻



種は実と剥離しやすい
クルミ割りで種の中の仁を取り出す

仁に水を加えミキサーで粉碎
粉碎液を濾過し固形物を取り除く

寒天液とこれを混合、沸騰、のち 60℃程度まで熱を取り、牛乳、生クリーム、ゼラチン等加えて混合、さらに温度を下げ、冷蔵庫で固める。



レシピの * 印は好みによって選択、牛乳のみだとやや味に奥行きが無い様に思える。

ゆべし

- 材料
- ゆず・・・・・・・・・・大5～6個
 - 味噌（八丁）・・・・・・・・300g
 - ざらめ・・・・・・・・・・300g
 - ゆずのしぼり汁・・・・1/2カップ
 - クルミ・・・・・・・・・・60g
 - 道明寺粉・・・・・・・・・・1カップ
 - 白ごま・・・・・・・・・・大さじ3



- ① ゆずを米のとぎ汁に
右写真のように一晩
浸ける。



- ② 左写真のようにユズの上部を切り取る。
この蓋は後ほど利用する。

- ③ 右写真のように
スプーンなどで
果肉を取り出し
しぼり汁を取る



みかん皮は器にする



- ④ 味噌、ザラメ、水を鍋に入れ
弱火で練る。



- ⑤ 鍋を火から下し、クルミ、粉碎した道明寺粉、
（無ければダンゴの粉でもよい）、ごま
を入れてよく混合する。



- ⑥ ゆずの中に混合したものを詰める。
蒸す時の膨張で内容物が溢れることがある。
ので内容量の6 ～ 7割程度まで。

- ⑦ 蒸し器を用意し沸騰させておく。
蒸し器に、詰めたゆずを並べ右下のように
蒸す。

最初強火で 10分 あと弱火で 50分蒸す。



- ⑧ 蒸した後、ザルか網の上で乾かす。
一晩程度

- ⑨ 乾かしたゆずを和紙か布に包む。
ひもで縛り軒下などに吊るして乾燥。
ほぼ、二か月で硬さが出る。

- ⑩ 和紙または布を剥がし、ポリ袋に入れ
冷蔵保存

- ⑪ 2 ～ 3mm の厚さに切り
おやつ、酒の肴、非常食
として利用する。



※ ゆべし(柚餅子)は地方によって作り方も味も異なる。
この方法は、長野県南伊那地方に近い方法。

ゴーヤの佃煮

材料

ゴーヤ	100g(正味)
ゴマ油	小 1/2
ざらめ	25g
醤油	15ml
みりん	10ml
酢	10ml
ちりめんじゃこ	8g
白ゴマ	5g
花かつお	1g

調理

- ① ゴーヤのわたをスプーンで取り、5mm程度の厚さに切る。
3～4分茹で、ザルにとり水で冷やしたのち 水気を取る。
- ② これをゴマ油で炒める。
- ③ これに、ざらめ、醤油、みりん、酢を加えて煮詰める。
- ④ 水分が少なくなったら ちりめんじゃこを加えて煮詰める。
- ⑤ 白ゴマ 花かつおを加えてよく混合し火を止める。
- ⑥ 冷えたら一回分ずつポリ袋に入れ冷凍保存する。

※ 調理は1回のゴーヤ量 500g程度が作りやすい。

P91の解答

食品	カボチ ヤ	まめ類	キューリ ビール漬	さつま いも	奈良漬	うどん	キンカン ジャム
番号	2	1	5	4	3	7	6

ショウガ糖

材料	ショウガ	1Kg
	グラニュー糖	1 ~1.5Kg
	レモン	1個

- ① ショウガの皮をむき清浄にして、包丁でなるべく薄く切る。(右写真)
繊維を直角に切ることが肝要。
- ② 鍋に移し、グラニュー糖を約 600g 混ぜて 30 分程度置き、後加熱。(下左写真)
- ③ 煮る 煮詰まってきたらレモン汁を入れる。
焦げないようによく混ぜながら煮詰める。(下右写真)



- ④ 冷却
- ⑤ バットにグラニュー糖を敷き、冷えたショウガを置いて一枚一枚に糖を十分まぶす。(右)
- ⑥ 一枚ずつ餅網などに並べ乾燥する。(右下)
乾燥は好みによる。
一昼夜はゼリー状、二昼夜は乾燥状態。
- ⑦ 保存 ゼリー状はポリ袋で冷凍。
乾燥物は常温か、冷蔵庫に保存。



完成したショウガ糖