

夏まで楽しめる 木成り河内晩柑

今月の産地・
メーカー

(農)大矢野有機農産物
供給センター

(農)大矢野有機農産物
供給センター



味が変化して長〜く楽しめる
「和製のグレープフルーツ」



木成り河内晩柑 700g
(2〜3玉/S〜2L)
6月2回参考価格:
④420円(税込453円)

やわらかい果肉とジューシーな果汁がたっぷり！
冷蔵庫で軽く冷やせば、
果肉入りゼリーのような味わいに。
果汁を炭酸で割ったり、皮ごと使って
マーマレードやジャムにもお勧めです。

見た目はまるで
グレープフルーツ？！
河内晩柑は「文旦」の突然
の枝変わりとして誕生したザボ
ン系のかんきつで、熊本県の河
内地域に原木があると言い伝え
られています。
発見された場所の「河内」と、
かんきつの中でも遅い時期に収
穫される「晩柑」を組み合わ
せて「河内晩柑」と名付けら
れました。
見た目が似ているため、「和
製のグレープフルーツ」と呼ば
れることもあります。
見た目はそっくりですが、グ
レープフルーツのようなほろ苦
さはなく、食べやすいのが特長。
果汁が豊富で、甘酸っぱい味
わいが楽しめます。

日本の農業を守る
シンボル
「(農)大矢野有機農産物供給セ
ンター」と東都生協との出会
いは1987年。
日本とアメリカが合意した
「牛肉・オレンジ輸入自由化」
の直前でした。「日本の農業を
守ろう！」という東都生協の
産直運動のシンボルの一つとし
て、「河内晩柑」が組合員に紹
介され、受け入れられていった
歴史があります。
また、東都生協50周年記念
商品として、「河内晩柑」を使っ
たドライフルーツが2023年
7月3日に初登場しました。
毎年3〜5トンが出る規格外の
河内晩柑を有効活用した「もっ
たいない企画」です。

河内晩柑は、育ち具合を
樹ごとに確認
できるだけ化学合成農薬や
化学肥料に頼らず、地域慣行
の概ね50%以上を削減した、
栽培区分「東都わかば」で作っ
ています。作物自体の活力と本
来の味を引き出すため、米の
精(精白米をBG無洗米に精
米する際に出る副産物Ⅱ肌ぬ
か)や発酵鶏糞、魚粕など11
種類の有機物を配合し、有機
発酵させて作る自家製ボカシ
肥料を主体に使用して栽培して
います。また園地ごとのス上がり
(冬季の凍結や低温障害により
果肉の水分が蒸散して白くスカ
ス力になること)調査と糖度測
定を実施。光センサーで玉玉
の糖度を測定し、味のバラつき
をなくしてお届けしています。

味が変わる？長〜く楽しめる 不思議なかんきつ

木成りの河内晩柑は5月に
開花して実を付け、翌年の新
緑の季節から収穫を終えるま
でに2度春と夏を迎えます。

木に実を付けたまま越冬さ
せるため、冬の急激な低温
や乾燥により自然に落果する
こともあり、落果の多い年は
一面黄色いじゅうたんのよう
になることもあるからです。

5月には翌年の実が付き、
親子で仲良く並んでいます。
このように「木成り」の状態
で熟成することで徐々に水分
と酸味が抜け、うまみが濃縮

ドライフルーツは、東都生協
50周年記念商品として誕生！



河内晩柑やわらかドライフルーツ
(熊本産) 298円(税込321円)

していきます。

一方で、木に長く成らせるこ
とにより、風による擦れ傷や
落果の影響があり、野鳥によ
る被害の被害もあります。特
に鳥(ヒヨドリ、カラスほか)
は外から見えない内側から食
べていくので厄介です。

収穫期間は長く、春から夏
まで長期にわたって出荷され、
月ごとに「味」「見た目」が違っ
ていくので季節ごとの味わい
が楽しめるのが特長です。

晩柑類によく現れる現象とし
て「回青現象」というもの
があります。2回目の春を迎
えた実は、5月中旬以降気温
が高くなると、少し青みがかつ
た薄緑になります。今年の実
から来年の実に栄養を分け与
える時に、今年の実が余分な
葉緑素と水分を取り込んで起

河内晩柑の味の変化

- | | |
|----|---|
| 3月 | 果汁が多く、ジューシーでフレッシュ！酸味が強い通好みの味で、ジュースやサワーにもお勧め。見た目はきれいで小ぶりです。 |
| 4月 | 酸味と甘みのバランスがとれてきます。見た目はきれいな黄色のま |
| 5月 | 甘くて酸味もあり、コクが出てきます。さらに一回り大きくなりますが、見た目は風擦れが目につき始めます。 |
| 6月 | 水分が抜けてプリッとした果肉になり、酸味が少なくすっきりした味わいに。皮の色に青みがかかり、風擦れや黒点が目立ってきます。 |
| 7月 | 果肉は水分が抜けてプリッと。樹上で長期間熟するため、風擦れ・黒点で見た目は悪いものの、味わいは最高潮となります。 |

きる現象です。
酸味や苦みが少なく、さつ
ぱりとした甘さはサラダやド
レッシングなど料理にも活躍
します。
ぜひ、シーズンを通して味
の変化を楽しんでください。



生産者の皆さん

column
コラム

「未来につなぐ みかんの木」活動

1991年にオレンジの輸入が自由
化されて以降、日本のかんきつ類の
栽培面積は大きく減少。みかんのあ
る風景を未来に残すために、(農)
大矢野有機農産物供給センターがあ
る天草諸島の維和島の八代の海を見
下ろす丘に、組合員が共同で購入し
た苗を植え、4年後の収穫を待つ取
り組みが始まっています。

初年度の2023年には327人の組合
員が「未来につなぐみかんの木大矢
野サポーター」に登録し、産地では
120本の苗が植えられました。

MOGMOGレシピ

調理時間
※解凍・下処理
時間は除く

8分

香りさわやか! 河内晩柑のさっぱりサラダ

材料(2人分)
レタス…3枚 河内晩柑…1個
南国元気鶏ササミ(パラ凍結)(解凍する)…2本
にんじん…1/3本 酒…小さじ2
塩…少々

A

オリーブオイル…大さじ1と1/2
酢…大さじ1 はちみつ…小さじ1
塩…小さじ1/2 こしょう…少々

ササミの大きさや形によって火の
通り方が異なります。加熱時間は
目安のため、調節してください。

ワンポイント!

作り方

1

レタスは一口大にちぎる。河
内晩柑は実を取り出し、一口
大にカットする。にんじんは千
切りにしておく。

2

ササミの筋を取り、耐熱皿に並べ酒・
塩を振ってラップをし、電子レンジ
(500W)で3分加熱し、粗熱が取れ
たら食べやすいように裂く。

3

ボウルにAを入れてよく
混ぜ、1、2を混ぜ合わ
せ、器に盛る。