特集

弾ける美味さ！信州中野のおいしいぶどう

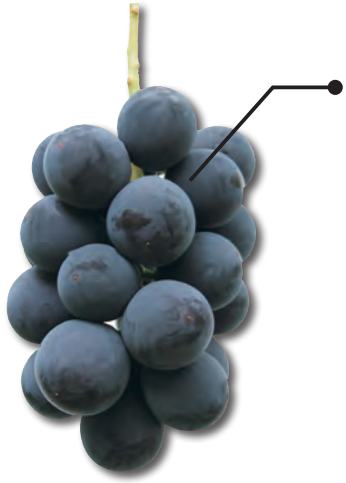
中野市では、昭和28年ごろから巨峰を中心としたぶどうの栽培が本格的に始まりました。

年間平均降水量は約890㎜と全国平均より少なく、年間日照時間が1700時間を超え、昼夜の気温差が大きい本市は、果樹栽培の適地として、濃厚な味わいのぶどうを生んでいます。また、ぶどうの作付面積は330㌶、収穫量は5200㌧と、本市は全国でも有数のぶどうの産地となっています。

最近では、緑色が美しい「シャインマスカット」や、長野県オリジナルの「ナガノパープル」など、種なしで皮ごと食べられる新しい品種の栽培にも力を入れています。

ぶどうの糖分は、主にブドウ糖と果糖で、速効性のあるエネルギー源として優れているため、朝食のフルーツや、スポーツ時のエネルギー補給にも適しています。

また、果皮には多くのポリフェノールが含まれており、中でもアントシアニンは、視力機能の回復効果や動脈硬化・心臓病の予防が期待でき、レスベラトロールという成分は、ガンを抑制する作用があるとして注目されています。



巨峰

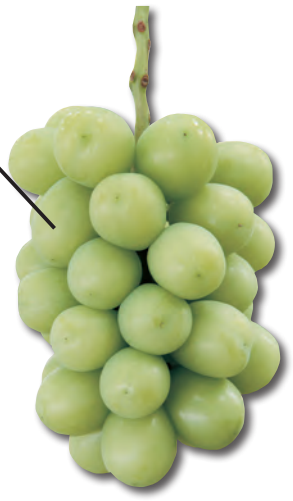
交配種：石原早生×センテニアル
収穫時期：５月上旬～８月下旬（ハウス）
９月上旬～12月上旬（露地）

大粒でアメジストのような光沢があり、たっぷりの果汁と強い甘味が特徴で、「ぶどうの王様」ともいわれています。

種なしと種ありとがあり、完熟して濃い紫黒色になったものが食べ頃です。

※この特集は平成27年９月に行われたものです。

シャインマスカット



交配種：安芸津 21 号×白南
収穫時期：７月上旬～８月下旬（ハウス）
９月上旬～ 12 月上旬（露地）

皮ごと食べられる種なしぶどうの中でも、注目度ナンバー１のぶどうです。
大粒で甘みが強く、実がしまっていて、マスカットの香りがします。
完熟すると黄色味を帯びて甘みが増します。

ナガノパープル

交配種：巨峰×リザマート
収穫時期：７月上旬～８月下旬（ハウス）
９月上旬～ 11 月上旬（露地）

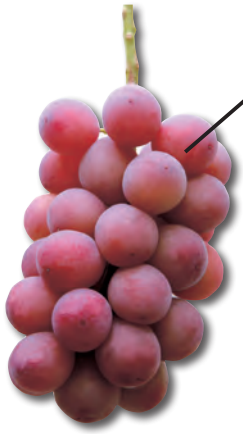
大粒で甘みが強い長野県オリジナルのぶどうで、県内限定で栽培されています。黒系ぶどうでは珍しい、種がなく皮ごと食べられる期待の品種です。
実が割れやすいため、細やかな配慮のもとで育てられています。全体が紫黒色で色回りの良い房がおすすめです。

ピオーネ

交配種：巨峰×カノンホールマスカット
収穫時期：７月上旬～８月下旬（ハウス）
９月上旬～ 12 月上旬（露地）

巨峰と比べ粒が大きく、種なし栽培が主流です。
食べるとやや酸味があり、さっぱりした甘さと果汁の多さが特徴です。
やや赤みがある粒が紫黒色になると食べ頃です。大粒で張りのある房を選びましょう。

クイーンニーナ



交配種：安芸津 20 号×安芸クイーン
収穫時期：７月上旬～８月下旬（ハウス）
10 月上旬～ 10 月下旬（露地）

粒はピオーネよりも大きくなり、香りも良く、はちみつのような濃厚な甘さがあって食べごたえのあるぶどうです。
赤色大粒ぶどうとして今後注目の品種です。