信州中野のおいしいリンゴ

秋の深まりとともに、一斉に収穫の時期を迎えるリンゴ―。甘味や酸味とともにシャキシャキの歯ごたえが味わえる「おいしいリンゴ」が、ここ中野市にはあります。

今年も丹精込めて育てられたリンゴは、「おいしくなったよ」と、自らの頬を赤く染めます―。

▲◀おいしいリンゴができるまでには、数多くの手間暇がかけられています。
㊤２月～３月、剪定／㊥６月、摘果／㊦９月～10月、葉摘み

秋映

交配種：つがる×千秋
収穫時期：９月下旬～10月上旬

市内一本木の小田切健男（おたぎりたけお）さん（故人）が育成し、平成５年に品種登録されました。９月下旬から食べられるリンゴで、全面が濃い赤色になり、甘味と酸味のバランスが良く、果汁たっぷりでシャキシャキとした固めの歯ごたえがあるリンゴです。「りんご３兄弟」の中では最も早く出荷が始まり、リンゴの表面にボツボツとした果点が現れるのが特徴です。

※１

ふじ

交配種：国光×デリシャス
収穫時期：11月上旬～12月上旬

リンゴの代表品種で、寒さが厳しくなってきた11月上旬から食べられるリンゴです。赤く着色し味が濃く、果汁たっぷりで日持ちが良いので贈答用にも喜ばれるリンゴです。本市はリンゴに袋をかけず太陽の光を十分に浴びた「サンふじ」の栽培が主流で、蜜がたっぷり入った濃厚な味のおいしいリンゴに仕上がります。

※１

信州中野のリンゴを知る

本市は、年平均気温が12℃前後で、年平均降水量は約1000㎜と全国平均より少なく、年間1700時間以上の日照と昼夜の温度差が大きいことから、果樹栽培の適地として濃厚な味のリンゴを生んでいます。

リンゴの作付面積は約500ヘクタールで収穫量は17000㌧と県下でも有数のリンゴ産地であり、種別は「ふじ」の無袋栽培が大半を占め、食味重視のリンゴを生産しているほか、「りんご３兄弟（※２）」と呼ばれる「秋映」「シナノスイート」「シナノゴールド」の生産にも力を入れています。

リンゴには「1日1個のリンゴは医者いらず」といわれるほど栄養価があり、食物の消化、吸収、燃焼を助けるカリウム、ペクチン、リンゴ酸、ビタミンを多く含んでいます。また、リンゴの皮はポリフェノールが豊富に含まれ、皮ごと食べていただきたい果物の一つです。

本格的な秋を迎え、今が一番旬な中野市産リンゴを知り、おいしく体に良い、リンゴの魅力を味わい尽くしてみましょう。

※この特集は平成26年10月に行われたものです。

シナノスイート

交配種：ふじ×つがる
収穫時期：10 月上旬～下旬

長野県で生まれ、10 月上旬から食べられる赤くて甘いリンゴです。「りんご 3 兄弟」の中では最も生産量が多く、秋映の次に出荷が始まります。果汁たっぷりで酸味が少ないため、より一層甘みが際立つ、名前の通りスイートなリンゴです。リンゴの酸味はちょっと苦手と言う方にもお勧めの一品です。

シナノゴールド

交配種：ゴールデンデリシャス×千秋
収穫時期：10 月中旬～ 11 月中旬

長野県で生まれ、10 月の中旬から食べられる黄色いリンゴです。「りんご 3 兄弟」では最後に出荷され、酸味と甘味のバランスが良くお菓子作りにも向いています。果色の黄色が濃くなると甘味が強くなり、貯蔵性が良いため、長期間おいしく食べることができます。色の美しさと味は海外でも認められ、イタリアでの生産も始まりました。

紅玉

アメリカ合衆国が原産
収穫時期：９月中旬～ 10 月中旬

アメリカ合衆国原産のリンゴで、日本には明治時代の初めに入ってきました。名前の通り濃い紅色と酸味が強いのが特徴です。煮込んでも煮崩れしにくい肉質をしており、酸味がしっかりとして香りがいきいきとしていることから、現在でもタルトやアップルパイなど料理、加工用に根強い人気を誇ります。

市内のリンゴ出荷予定時期一覧表

種　類	9月			10 月			11 月			12 月		
	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
秋映												
ふじ（サンふじ）												
シナノスイート												
シナノゴールド												
紅玉												

※1 写真提供：長野県農政部

※2「りんご3兄弟」は全国農業組合連合会の登録商標です