

# 信州中野の美味しいリンゴ

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<sup>おたぎりたけお</sup>小田切健男さん（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、果汁たっぷりです。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見られるのが特徴です。



※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、果汁たっぷりです。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美味しいリンゴに仕上がります。



※1

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、食物繊維、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、リンゴの魅力味わい尽くしてみよう。

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1000mm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17000t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。

## 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。



※1

## 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。



※1

## 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