

報道各社への取材の御案内

国内で食べられるキクラゲの9割以上が輸入物の“乾燥”キクラゲ とされるなか…  
 うきはの直売所で、珍品「国産“生”キクラゲ」の出荷はじまる

うきは市で、5月上旬から国産の生キクラゲの収穫がはじまり、市内直売所（道の駅うきは、にじの耳納の里）で12月ごろまで販売が続く（1パック60g（3個ほど）200円（税込））。

国内で食べられるキクラゲの9割以上が中国産の乾燥品とされるなか、うきは市では国産の“生”キクラゲの希少価値に着目し、平成23年から研究会を立ち上げ、栽培を開始。

現在5軒の農家がビニールハウスで菌床（オガクズを固め菌を植えたもの）を用い、湿度と温度管理に留意し栽培。栄養豊富（カルシウム、ビタミン、鉄分、食物繊維等）で、数十秒ゆでてポン酢で食べる簡単料理から、みそ汁の具材、中国料理まで幅広く活用されている。なお、生キクラゲは便秘解消にも絶大な効果を発揮する点から、愛食する人もいる。  
 ※キクラゲ農家を紹介…うきは市うきはブランド推進課商工振興係Tel.0943-76-9059 まで



ビニールハウス内に菌床を設置、湿度と温度管理に留意して栽培



1パック  
 60g  
 (3個ほど)  
 200円  
 (税込)

うきは産 **生きくらげ**

ご存知ですか？  
 キクラゲの栄養価!!

カルシウム	牛乳の2倍
ビタミン	食物中1位
鉄分	レバーの3倍
水溶性食物繊維	食品中2位

ぷりぷり  
 ニリニリ食感

☆キクラゲのおいしい食べ方☆

癖がないので色々な料理にお使いいただけますが、  
 せっかくの生キクラゲですから、まずはお刺身で。  
 さっと20秒くらい茹で、水で冷やし、根元を切り落とす。  
 水気をよくしぼり、ざく切で、  
 ごま油をたらしたポン酢や、しょうが醤油や、ワサビ醤油などで  
 付けてお召上がりください。 お酒のおつまみに

中華はもろろんのこと  
 お味噌汁やてんぷら、  
 サラダやスープなどにも。

編集：うきは市総務課広報係 (Tel.0943-75-4980) 係長・瀧内宏治、重富結人 (瀧内：携帯 090-7454-6381)

※FAX を手にとられた方は、「うきは市ホームページ」掲載のカラー版を御覧ください→検索 うきはブランド通信

2017. 5. 15 発表 / うきはの直売所で、珍品「国産“生”キクラゲ」の出荷はじまる