

「つくるたびに大きさも違うし、いろんな表情を見せてくれます」とエリンギ愛を語る外間亮代表。袋詰めする際は、大きめのものと小さめのものを分けたり、大小混ぜたりと、出荷先に応じて工夫します。歯ごたえのよさを求めるなら大きめで柄が太いエリンギを、丸ごと食べたい場合や傘の部分がたくさんほしいなら小さめのエリンギが好まれるそう。

きのこは日がたつとえぐみが増し、においもきつくなります。とれたて新鮮な県産エリンギを、この夏味わってみてはいかがでしょうか。お肉のおともや夏バテ防止に最適です。



▲「県産エリンギの一番の魅力は鮮度。県外産にはないおいしさをたくさんの人に知ってほしい」と話すマッシュファームなきじん代表の外間亮さん

農業生産法人（株）  
マッシュファームなきじん  
〒905-0424  
今帰仁村字仲尾次886-1  
TEL 0980-56-3362  
FAX 0980-56-3523

<取扱内容>  
エリンギ、クロアワビタケ

※県内のJAファーマーズや市場の仲卸業者さんを通して、発注していただきますようお願い申し上げます。

## 県産食材情報②

### パパイア

- ・ 青いパパイアは「酵素の王様」
- ・ 2022年スーパーフードのトレンド予測で1位
- ・ 台風6号の影響で品薄になる可能性



沖縄では、熟する前の青いパパイアは、野菜として炒めものやサラダなどによく利用されています。5月～3月と収穫期は長く、県内で出回るパパイアはほぼ100%が県産。パパイアに含まれる「パパイン」という酵素に脂肪を分解する効果があるとして、ダイエット食品としても注目されています。また、ビタミンCやミネラル分も豊富です。

最近では、2022年に日本でブームとなる可能性が高いスーパーフードの第1位に青パパイアがランクイン。日本スーパーフード協会（東京都港区）が「2022食のトレンド予測」を6月9日～11日に開かれた食の展示会「ウェルネスライフジャパン」で発表しました。「酵素の王様」と呼ばれる青パパイアの酵素には、消化や代謝を上げて免疫力を高める働きがあるそう。コロナショックの食のトレンドとして脚光を浴びることが予測されています。

一方、沖縄協同青果株式会社によると、7月30日現在で市場に流通しているパパイアの数量は前年の約7割、単価は前年と比べて29円高の213円となっており、春先の低温傾向で出荷が遅くなっていると見られています。また、先日の台風6号の影響で倒伏もあることから夏の出荷量は減少する見込み。パパイアの施設栽培は多くないため、台風の影響を強く受けてしまいます。価格も大幅に上がる可能性もあります。

8月18日は語呂合わせでパパイアの日とされていますが、台風が多い夏は貴重な存在となるパパイア。手軽に入手できるうちに、しっかり食べておくといいかもしれません。



## information

### 県産食材について知りたいならこのサイト！

私たちがよく参考にしている県産食材のウェブサイトをご紹介します。沖縄の食材について知りたいとき、レシピのアイデアがほしいときなどに、ぜひご活用ください。



おきなわ食材を活用したレシピを検索したり、投稿ができるサイトです。約8千件（令和3年7月現在）のレシピが掲載されています。

<https://www.okireci.net/>

毎日の「ごちそう」ネタあります！  
くわっちー//おきなわ  
沖縄食材情報



「おきなわ食材の店」登録店舗の紹介、直売所情報、県産農林水産物データベース、簡単レシピなど沖縄県産農林水産物の魅力を幅広く紹介するサイトです。

<https://kuwacchi-okinawa.com/>



株式会社 マイファーム

沖縄オフィス（北林・神谷・佐久本）

〒900-0015

沖縄県那覇市久茂地 1-1-1 パレット久茂地 9F

mail [sakumoto@myfarm.co.jp](mailto:sakumoto@myfarm.co.jp)

tel 075-746-6213

fax 075-746-6214

