

①

栗

秋の味覚の代表！
伝統の味を楽しむ！



能勢町に江戸時代から伝わる能勢栗「銀寄（ぎんよせ）」は、粒が大きく、風味があり、品質が良いのが特徴です！なにわ特産品にも選ばれている秋の味覚を是非ご賞味下さい！



能勢栗「銀寄（ぎんよせ）」の由来

のどかな田園風景の広がる「大阪のてっぺん」能勢町は、銀寄のふるさとです。

今から約二百数十年前に（江戸時代中期）に能勢町歌垣の人が、栗の栽培をはじめ立派な果実をつけた樹を増殖するようになり、その後近隣地域にも栗の樹を植える事が広がっていきました。

天明・寛政年間（1781年～1800年）に歌垣で大飢饉が起きた為、村人がこの栗を出荷したところ多くの銀札（当時のお金）をよせる事ができ、地区の農民を救った事から、以来「銀を寄せる」という意味で「銀寄」と呼ばれるようになったと言われています。

当JA管内では、能勢町をはじめ豊能町や箕面市でも栽培しております。

ほくちゃんの豆知識

古くから栽培され奈良時代には、五穀の一つになりました。能勢町は、最も古い産地の一つです。栗は、ビタミンB₁や高血圧予防に効果があるカリウムを多く含んでいます。

ほくちやんの

特産品ミニ講座

第1講座 栗

- ① 銀寄の特徴
- ② 保存方法
- ③ むき方



©2004 JA OSAKA-HOKUBU

THE SPECIALTY OF JA OSAKA HOKUBU

① 銀寄の特徴

銀寄は、1個の重さが平均20～25gと大変大きく、高級菓子のマロングラッセにも用いられる甘みが強く、つやのある品質が良い品種です。



② 保存方法

少し穴を開けたビニール袋に栗を入れ、5℃以下で冷蔵します。できればチルド室・氷温室(0℃前後)の貯蔵をお勧めします。量が多く冷蔵庫に入らない場合は、大きな鍋などに水を張り栗を浸し、水をこまめに替える事である程度風味が保てます。

③ むき方

新鮮な栗は、50℃の湯の中に10分程度つけると鬼皮が柔らかくなり剥けやすくなります。また、「栗くり坊主」(別売)を使用すると鬼皮と渋皮が同時にむけ便利です。



レシピ

- ・栗ごはん
- ・栗の渋皮煮

JA大阪北部 取扱情報

販売時期：9月中旬～10月中旬

問合せ先：萱野支店購買店舗 (072-722-5451)

能勢営農経済センター (072-734-0017)

農産物直売所 (072-749-3818)

※能勢営農経済センターと農産物直売所の定休日は、毎週水曜日です。

栗ごはん



材料（3～4人分）

米	2合
栗（剥き、水煮）	100g
昆布	3センチ
醤油	大さじ1
酒	大さじ2
みりん	大さじ1/2
塩	小さじ1/2

1. お米を研いで炊飯器に400ccの水と昆布を入れて30分以上置いておく。
2. 栗を洗って水を切っておく。
3. 醤油、酒、みりん、塩を入れ軽く混ぜてから栗をのせて炊く。
4. 炊きあがったら（蒸らしに入る前に）全体をかき回し、10分程度蒸らす。

栗の渋皮煮



材料

栗	1kg
重曹	大さじ1.5
砂糖	700g

1. 水をたっぷり入れたボウルに栗を浸しながら鬼皮をむき（この時に、渋皮を傷付けないようにする）ぬるま湯に浸す。
2. ひたひたのぬるま湯で栗を煮て、沸騰したら重曹を入れる。
3. お湯が真っ黒になったらお湯を捨て、鍋にひたひたになるまでぬるま湯を入れて再度煮る。
4. 沸騰したらお湯を捨て、ぬるま湯をいれて煮る作業を2～3回繰り返す。
この時に取れるだけ筋を手で取り除くときれいに出来る。
5. お湯が濁らなくなったらぬるま湯に栗をあけて渋皮が破れない程度の柔らかさに煮る。
6. 砂糖を2～3回に分けて入れ、ゆっくり煮つめる。前に入れた砂糖が完全に溶けたらまた加えるというやり方でゆっくり行なう。