



日高のウドができるまで



▲出荷
ウドのサイズごとに選別、箱詰めして出荷します。



ウドが旬を迎えています

日高市は、県内有数のウドの産地です。市内で生産されるウドは「軟化ウド」と呼ばれ、高級料亭などでの需要が高く、主に関西等の市場に多く出荷されています。4月中旬ごろまで市内の野菜直売所でも購入できます。この時期ならではの市の特産品であるウドを、ぜひご家庭で味わってください。

問い合わせ 産業振興課農政担当



JAいるま野 あぐれっしゅ日高中央

大字猿田77-1
☎989-9161



JAいるま野 高萩南農産物直売所

大字中沢189-1
☎989-9574



サイボク楽農ひろば

大字下大谷沢546
☎984-1831

日高のウド 販売場所

香り高く、あくが少ないため、生でもおいしい！

シャキシャキした食感を生かして、皮をむいて酢水にさらしたら、サラダや酢味噌あえに。



■ウドときゅうりの生ハム巻き

レシピはクックパッド 日高市健幸キッチンへ▶



レシピ集あります

「うどをつかったレシピ集」を、産業振興課および一部の野菜直売所で差し上げています。また、クックパッド日高市健幸キッチンでもレシピを公開していますので、ぜひ活用ください。



旬の味覚に捨てるどころなし！まるごと全部食べられる

とても柔らかいので、茎以外に皮・穂もさまざまな料理方法でおいしく味わえます。



皮は きんぴらに

■ウドの肉巻き

材料(4人分)
ウド…200g
豚ばら肉…200g
片栗粉…適量
合わせ調味料
しょうゆ…大さじ2
みりん…大さじ1
砂糖…大さじ1

作り方
①ウドは長さ6～7cm程度に切り、皮をむいて縦に4～8等分して酢水にさらす
②ウドの水気をふき取り、豚ばら肉でしっかり巻く
③②に片栗粉をまぶし、サラダ油を熱したフライパンに巻き終わりを下に並べて焼く
④全体的に焼き色がついたら、余分な油を拭き取り、合わせ調味料を絡ませる



生産者に聞きました！
魅力あふれるウドを
身近に感じてほしい

鳴河農園(高尾)

60年以上ウドを生産しています。日高のウドは品質が高く、伝統的かつ繊細な技術で栽培されています。純白で香りが高く、季節を感じられる食材として人気です。栽培は、畑への植え付けから収穫までの期間が長く、地下室が必要になります。そういった栽培の手間や難しさ、後継者不足から、昭和50年代には60軒以上あったウドの生産者も、現在ではたった7軒になってしまいました。それだけに大変貴重なものです。日高市は、身近にウドがあり、家庭でウドを食べることができる良いまちだと思います。市民の皆さんにも、ぜひウドを食べていただきたい、その魅力を感じてほしいと思います。

