

# 野菜パイヤ 食べようキャンペーン

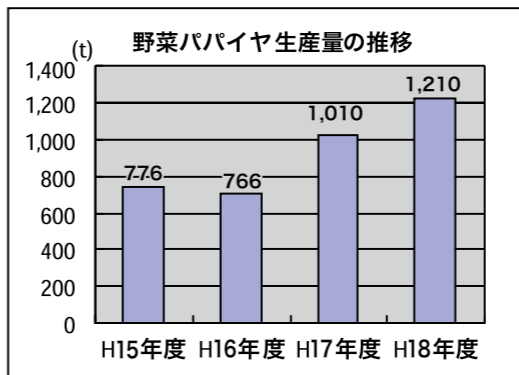


ポポちゃん

沖縄では古くから野菜として食している「パイヤ」は、年々生産量が増加しており、県や市町村、JAが、キャンペーンを行い消費拡大に取り組んでいます。

## 野菜パイヤの現状

沖縄はパイヤの栽培適地ですが、台風やバイラス病に弱く、生産が不安定でした。しかし、近年、施設整備事業により、平張り施設のハウスが導入され、パイヤの安定生産が可能となり、生産量が年々増加してきています。



## 野菜パイヤの特徴

パイヤには野菜パイヤとフルーツパイヤがあります。熟する前の青い野菜パイヤはうち

な料理の食材として、フルーツ用の品種が熟したものは果物として食されています。昔から、野菜パイヤを食べると産後の肥立ちがよくなり、母乳の出もよくなると言われるほど、栄養をたっぷり含んでいます。野菜パイヤには、カリウム、カロテンを多く含むことから消化吸収を助け、疲労を回復する働きもあり、食物繊維も豊富で腸をきれいにしてくれる効果があると言われています。また、パイヤに含まれるパイン酵素は、お肉を柔らかくする効果があり、肉料理の下ごしらえや煮込み料理にもおすすめです。

## 野菜パイヤ食べようキャンペーン

県、市町村や農林水産業関係団体等で組織する沖縄県農林水産物販売促進協議会は、毎年出荷量の増える九月から十月にあわせて、野菜パイヤの販売促進・消費拡大を目的とした「野菜パイヤ食べようキャンペーン」を実施しています。

昨年度のキャンペーンでは、県学校栄養士会の協力を得て県内の

公立小中学校の学校給食に野菜パイヤを積極的に取り入れてもらう取組みや県庁地下二階の食堂において野菜パイヤメニューを使ったヘルシーメニューの提供などを行いました。



昨年のキャンペーンの様子

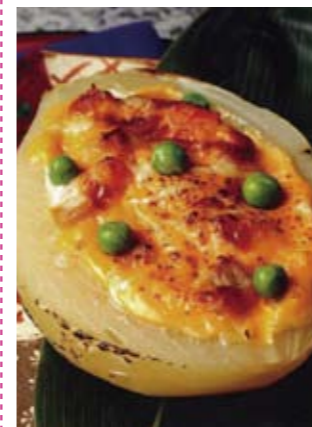
## 野菜パイヤ レシピコンテスト

平成十九年度に実施したホテルシェフによる「野菜パイヤレシピコンテスト」では、パイヤを使った様々なレシピが考案されました。その中から金賞を受賞した「野菜パイヤの玄米粉でヘルシー和風グラタン」(沖縄都ホテル城間清正シェフ考案)をご紹介します(下段参照)。いつものチャンプルーとは違う野菜パイヤ料理に挑戦してください。

## 野菜パイヤの玄米粉でヘルシー和風グラタン

野菜パイヤ 500g	海老 2本	薄口しょうゆ 100cc	白みそ 10g
田芋 10g	玄米粉 25g	みりん 100cc	塩・こしょう 少々
カボチャ 10g	鶏肉、チーズ 各20g	だし汁 1,000cc	
グリーンピース 5g	豆乳 150cc		

- 野菜パイヤを半分カットし、器として使う。器も食べるため、皮をむき、味つけただし汁で煮て冷ます。残った野菜パイヤは千切りにしてグラタンの具に使用する。
- ①の千切りパイヤと田芋、カボチャ、海老、鶏肉をパイヤチャンプルーを作る要領でフライパンで塩、こしょうをかけて炒める。
- 鍋に玄米粉を入れて、豆乳とだし汁でとろみがつくまで煮て、白みそ、薄口しょうゆ、みりんを味付けし、程よい固さになったら火を止める。
- 次に器に使用するパイヤを耐熱皿に置き、その中に②を入れて、玄米粉のソースをかけて、チーズをのせて焼く。全体に焼き色がついたら取り出す。
- 仕上げにグリーンピースを散らしてできあがり。



## 第三十三回 沖縄の産業まつり

「県産品 つながる広がる みんなの笑顔」の標語のもと、十月二十三日(金)から三日間、那覇市の奥武山公園と県立武道館で第三十三回沖縄の産業まつりが開催されます。



## 沖縄の産業まつりの目的

沖縄の産業まつりは、生産者の生産意欲の高揚と県産品に対する消費者意識の啓発に努めるとともに、時代のニーズに対応した新製品の開発と品質の向上を促進し、県内外市場の拡大と特色ある本県産品の振興に資することを目的に開催されています。

近年では、県内外業者との商談のきっかけの場としても認知され、県外への情報発信に重要な役割を果たしています。また、地域の素材や文化を活用した食料品や工芸品のほか、化粧品やエステスバ、リゾートウエディングなどの新しい産業も紹介され注目を集めています。

昭和五十二年から続く沖縄の産業まつりは、大人から子どもまで楽しめる沖縄県内最大の総合産業イベントとして定着しています。昨年は約二十二万人の来場者が訪れ、会場は多くの生産者や買い物客で賑わっていました。

## 沖縄県推奨優良県産品制度

この制度は、県産品の品質の向上と需要の拡大を図り、販路開拓に資することを目的に設立されたもので、公的な試験研究機関等の厳しい検査と選定審査会における厳正な審査を経て、県が推奨製品を決定するものです。飲食料品の部、生活用品の部、その他製品の部(機械・設備類、建設資材など)の三部門があり、多くの製品を対象としています。選ばれた製品には「優良県産品」マークを付け、製品PRを行います。

第三十三回沖縄の産業まつりでは、平成二十一年度新たに推奨された製品の推奨状交付式を行い、「沖縄県推奨優良県産品展」を行い、製品紹介と同制度の周知を図ります。



## 第三十三回沖縄の産業まつり

地域の特産品を使った製品の販売コーナーをはじめ、新事業・新技術を紹介するコーナー、三線や陶器の展示販売、ものづくり体験など家族で楽しめる催しが多数開催されます。

魅力いっぱい沖縄の産業まつりへ是非お越しください。

○日時 十月二十三日(金) 二十五日(日)

○場所 奥武山公園、県立武道館

お問い合わせ

沖縄の産業まつり実行委員会事務局 (沖縄県工業連合会内)  
〇九八-八五九-六一九一



優良県産品マーク



お問い合わせ ● 県商工振興課 TEL.098-866-2337 FAX.098-866-2447

お問い合わせ ● 県流通政策課 TEL.098-866-2255 FAX.098-868-0700