



Publication date

制作日 / 2019年3月

Publisher

発刊 / 長岡産食材プランディング委員会
(長岡市農林水産部農水産政策課内)

TEL 0258-39-2223
<https://bakubaku3.com/>

[参考文献・出典]

一般社団法人 農山漁村文化協会「農業技術大系」
森林立地学会「日本森立地図の土壤図」
園芸ブランド確立推進運動委員会「みながらつくる『越後姫』高設栽培」
総務省「家計調査(平成26年～平成28年)」
農林水産省「作物統計調査(平成29年)」
農林水産省「特用林産物生産統計調査(平成29年)」
全国漁業協同組合連合会HP「プライドフィッシュ公式サイト」
(<http://pride-fish.jp/>)」
新潟県HP「にいがたフード・ブランド」
(http://www.pref.niigata.lg.jp/syokuhin/brand_top.html)」

[協力]

J A 越後さんとう(越路、三島、和島、寺泊、与板地域)
JA 越後ながおか(旧長岡、山古志、栃尾地域)
JA 柏崎(小国地域)
JA 北魚沼(川口地域)
JA にいがた南蒲(中之島地域)
寺泊漁業協同組合

長岡美食材図鑑

Book of Delicious Nagaoka Foods

With this book in hand, feel free to enjoy all the gourmet ingredients Nagaoka has to offer.





長

岡市は、新潟県の中心に位置し、日本一の大河・信濃川が市内中央にゆったりと流れ、守門岳から日本海まで市域が広がる人口約27万人のまちです。観光資源としては、日本三大花火のひとつ「長岡まつり大花火大会」や「錦鯉」「日本酒」などが有名です。平成30年に長岡藩開府400年を迎えた歴史深いまちは、長岡城を中心として栄えた城下町や北前船を介して遠方と交流があった湊町、雪深い山村などの文化が共生しており、「食」においても多様な文化を有しています。

食文化の根幹である「お米」は、全国第2位の作付面積を誇り、お米の王様「コシヒカリ」誕生の地でもあります。長年の米づくりで培われた技術は、現在にも脈々と受け継がれ、全国からも高い評価をいただいています。また、お米以外にも、信濃川により形成された肥沃な大地では様々な野菜が栽培され、日本海では新鮮な魚介類が水揚げされ、広大な自然環境の中では牛や鶏などの家畜が健やかに育つ「食の宝庫」となっています。

本図鑑を片手に、どうぞ長岡の美食材をお召し上がりくださいませ。

Located in central Niigata, Nagaoka City is famous for koi, rice wine, and the Nagaoka Festival Grand Fireworks Show—one of the three largest fireworks shows in Japan. This historic city just recently celebrated 400 years since its founding, during which time a diverse food culture has taken hold. The surrounding natural setting is a veritable treasure chest of delicious foods, including not only rice and various vegetables but also numerous other gastronomic delights. With this book of delicious nagaoka foods in hand, feel free to enjoy all the gourmet ingredients Nagaoka has to offer.

长岡市位于新潟县中心位置，其以日本三大烟花大会之一“长岡祭典大烟花大会”、“锦鲤”以及“日本酒”等而闻名。该市2018年其迎来了开府400年，是一座历史悠久、“饮食”文化多样的城市。雄伟的大自然成为了提供美味大米、蔬菜、肉类、鱼类等各类美食食材的“饮食宝库”。敬请随身携带本图鉴，尽享长岡的美食材。



お米	枝豆	なす	かぐらなんばん	長ネギ	里芋	さつまいも	かぼちゃ	れんこん	えのき	ぎんなん	越後姫	寺泊魚介	にいがた和牛	にいがた地鶏
03	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18

03 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18

＼長岡の美食材が食べられる店、買える店はコチラから探せます／



[新潟県]

長岡市 面積 891.06km²

日本一の大河・信濃川が市内中央を雄大に流れ、海と山に囲まれた自然豊かな地域。

交通網が整備され、多種多様の産業が集積。

東京から新幹線で

約1時間30分の好アクセスです。



＼長岡の美食材は、ふるさと納税の返礼品になっています／



<https://www.furusato-tax.jp/city/product/15202>

お米

本当にうまい米をご堪能あれ。
コシヒカリ誕生の地 長岡。

大米 Rice



米の食味ランキング
特A *1



米の農業算出額(市町村)
全国第2位 *2



米の作付面積(市町村)
全国第2位 *3



新

潟県は水稻の作付面積、収穫量が全国1位の日本を代表する米どころです。美味しさの秘訣は、信濃川により形成された肥沃な土壤、豊富な雪解け水、昼夜の寒暖差、そして切磋琢磨された栽培技術と言われています。

中山間地や越後平野を有する長岡市は、県内でもトップレベルの産地で、自然環境を活かし、農薬や化学肥料の使用を減らした栽培に取組んでいます。



ながおかこしひかり
「金匠」
Nagaoka-Koshihikari
Kinsho



長

岡では平成21年から生産者の意識・栽培技術の向上を目的として「長岡うまい米コンテスト」を開催しています。毎年、米づくりの腕に自信がある生産者から約300点の出品があり、穀粒判別や食味計測、官能審査などを経て、その頂点を競い合います。コンテストの上位20点に選ばれた生産者には「金匠」という称号が与えられ、その生産者の翌年の新米は「ながおかこしひかり『金匠』」として販売されています。

長岡うまい米コンテスト出品米の食味、品質レベル

タンパク質含有率 protein (%)	アミロース率 amylose (%)	脂肪酸度 Fatty acid value	水分 moisture level (%)	整粒歩合 sizing percentage (%)
5.3	18.2	19.5	14.9	78.3

*玄米を静岡精機(株)TM-3500、Virgo(ES-1000)により測定
**平成28年度～30年度の長岡うまい米コンテストで上位50点に入った米の平均値
***新潟県のコシヒカリの品質目標はタンパク質含有率6.0%以下、整粒歩合70%以上

Located in the center of Niigata—the figurative center of rice production in Japan—Nagaoka City is the prefecture's leading rice production area and is famously known as the birthplace of Koshihikari rice. The favorable natural environment makes it possible to grow crops using fewer pesticides and chemical fertilizers. Local producers are also dedicated to improving cultivation techniques, and every year they showcase the results at an annual taste competition. The newly harvested rice from the competition's top 20 producers are selected for sale as Nagaoka Koshihikari Kinsho rice.

长岡市位于日本代表性大米产地新潟县的中心位置，这里是县内屈指可数的产地，同时也是越光米的发祥之地。大米的种植充分依靠自然环境，并努力减少农药及化学肥料的使用量。同时，每年还会举办比拼口味的比赛，通过这样的活动来努力提高生产者的种植技术。比赛中脱颖而出的前20名生产者，其新米将会作为“长岡越光米‘金匠’”进行销售。

長岡は、お米の王様「コシヒカリ」の誕生の地でもあります。昭和19年に長岡市にある新潟県農事試験場で「農林22号」と「農林1号」が交配されたのが始まりです。その後、福井県で育成され、新潟県に里帰りし現在に至ります。

コシヒカリ以外にも、新潟県の新ブランド米「新之助」や、あっさりした味が特徴の「こしいぶき」なども作付けされています。もち米としては、腰が強く切餅に適した「こがねもち」や食感が良く米菓に適した「ゆきみのり」、酒米としては長岡の清酒の特徴である淡麗な味わいを支える「五百万石」や大吟醸に適した「越淡麗」などが作付けられています。



枝豆

今 でこそ日本の夏に欠かせないエダマメですが、貯蔵設備がなかった時代は産地での自家消費が中心で、また、1990年代になるまで海外では未熟段階の大豆を食べる文化がなく、日本を中心としたアジア圏特有の食べ方であったとされています。エダマメは新潟県民のソウルフードと言われており、作付面積及び消費量が全国1位です。

長岡市では7月から10月までの間、青豆や茶豆など様々な品種をリレー形式(品種ごとの収穫適期は約10日間)で栽培しており、代表品種としては、長岡が発祥の地である「肴豆(さかなまめ)」や長岡でしか栽培されていない「一寸法師」があります。これらは、9月下旬から10月上旬に収穫される晩生品種で、シーズン遅れのように思われますが、地元では、真夏の品種に比べて味や香りが強いと好まれています。エダマメは、実が入りすぎると糖分やアミノ酸量が減少し食味が落ちる性質や、収穫後常温では急速に食味・香りが低下する性質を持っているため、市内の生産現場では「適期収穫」「収穫後の冷却」を行い、品質の高いエダマメの出荷に取組んでいます。

Niigata is famous for its edamame (young soybeans). Nagaoka City is home to various edamame varieties cultivated from July to October, including some special varieties not grown anywhere else in the world. Multiple techniques have been adopted to ensure superior sweetness and fragrance, such as immediately cooling the beans after harvesting.



新潟は毛豆の知名产地。長岡市在7月至10月期间种植有各种品种，同时还有只有长冈才有种植的特别品种。为了维持其甘甜清香等口味，在收割之后会立即进行冷却等处理。

日本のナスは、インド東部が原産で、奈良時代に渡来したと推定されています。一般的には長卵型のなすが広く知られていますが、全国にはその地域の気候や嗜好に合わせた多様な在来品種が存在しており、特に新潟県はその種類が多いと言われています。また、作付面積及び消費量においても全国1位です。

長岡市では、主に在来品種の「巾着なす(中島巾着をルーツとした、横径が長い扁平球形と、巾着状の深い縦筋が特徴)」、「梨茄子(短卵型を押しつぶしたような形で、巾着状の薄い縦筋が特徴。十全系統、泉州絹皮水茄子系統がある)」や小国地域でブランド化されている「八石なす(梨茄子がルーツとなった新潟黒十全という品種)」などが栽培されています。

巾着なすは、果肉の締まりが非常に強く、加熱による煮崩れがないため、蒸し野菜や煮物、揚物に最適で、地元では味噌漬や辛子漬としても好んで食べられています。梨茄子、八石なすは、果皮が柔らかく、果肉は梨のように甘くみずみずしく、適度な締まりがあるため様々な料理と相性が良いですが、とりわけ漬物に最適と言われています。

なす 茄子 Eggplant



Eggplants are another of Niigata's specialty products. Many unique varieties of eggplants can be traced to Nagaoka City, including Kinchaku eggplants with dense flesh that makes them ideal for deep-frying or for use in steamed dishes, and Nashinasu and Hachikoku eggplants with pear-like flesh that makes them suitable for pickling or for use in fried dishes.

新潟县是茄子的知名产地。长岡市拥有果肉密度大，适宜油炸及蒸制的“巾着茄子”，以及如同梨一般水嫩果肉，适宜腌渍及炒制的“梨茄子”、“八石茄子”等珍贵品种。



創作意欲を刺激する食感。

中

南米原産のトウガラシは、16世紀に日本に伝来したと言われています。

各地域の嗜好に合わせた品種改良や交雑が進み、世界中に多様な品種が存在しています。

長岡市にある「かぐらなんばん」も数多くあるトウガラシの在来品種のひとつですが、かなり特徴的です。見た目は、ピーマンを上から押しつぶしたようなゴシゴシとした、深い縦皺のある扁平な形状をしています。この形が下から見ると神楽面のように見えることから「神楽南蛮」と呼ばれています。果肉はパブリカのように肉厚で甘く、種及び胎座(わた)は辛みをもつため、食べると甘みの中にさわやかな辛みを感じられます。市内では、主に山古志、柄尾、小国地域で栽培されており、とりわけ山古志地域では、交雑を防ぎ、在来系統の特性を維持する取り組みが行われ、「山古志かぐらなんばん」の名でブランド化が進められています。地元では南蛮味噌や煮びたし、素揚げなどで食べられています。西欧料理等様々な料理に活用が可能です。



かぐらなんばん

Kagura
Nanban
Chili Pepper

神乐南蛮

見た目も不思議な万能トウガラシ。
甘くて、辛い。



しつかり、甘い。
美しい白肌が自慢。

長ネギ

大葱

Long Green Onion



ネ

ギの原産地は諸説ありますが、恐らく中国西部と言われており、日本でもかなり古くから親しまれてきた野菜です。可食部分は葉にあたり、軟白部(白い部分)は土寄せなどで遮光することで形成されます。現在国内で流通している長ネギは「千住群(根深ねぎ系)」「九条群(葉ねぎ系)」「加賀群」に大別され、新潟県では軟白部が長い千住群のねぎが主に栽培されています。国内での収穫量は11位ですが、秋冬に収穫される新潟県産の長ネギは、その白さと甘さから評価が高く「やわ肌ねぎ」としてブランド化されています。

長岡市では、主に脇川新田地区や関原地区で栽培されており、主力品種は「夏扇4号」で、軟白部が太く、葉鞘部のしまりが良いのが特徴です。食味に優れ、煮崩れしにくいので、素材の味を活かした焼きネギや鍋料理に適しています。



Kagura Nanban chili peppers are green peppers similar in shape to bell peppers and grow only in a few areas of Japan, one of which is Nagaoka City. The combination of the sweet flesh and the surprisingly spicy seeds and placenta make Kagura Nanban ideal for use as a main ingredient or as a spice.

这是一种形似甜椒的绿色辣椒，在日本国内也只有长岡市等有限的地区种植，因此是一种十分特别的作物。其果肉如甜椒一样甘甜，但种子与胎座却辣度极强，因此无论是主要食材还是香辛料均可使用。

Niigata's most common type of Welsh onion boasts exceptionally long white stalks. The most notable brand is the Yawahada Negi harvested in autumn and winter, and known for its bright white color and strong sweetness.

新潟主要种植白色部分较长的大葱。尤其在秋冬收割的大葱拥有美丽的白色，强烈的甘甜口味，因此命名为“柔肌葱”并进行了品牌化。

里芋

芋头

Japanese Taro



拔群の食感が自慢。
つるつと、ぬるつと。

サトイモ トヨモは、マレー半島やインドが原産と推定され高温多湿な気候を好み、日本では縄文時代から食べられていたとされています。親芋を食べる品種、子・孫芋を食べる品種、両方を食べる品種など様々な品種があります。新潟県では、信濃川や阿賀野川により形成された肥沃な土壤を活かした栽培が盛んで、収穫量は全国7位となっています。

長岡市でも、郷土料理の「のっぺ」に使われるため古くから広域で栽培されており、近年では水田転用として普及が進み、とりわけ下川西地区で栽培が盛んです。品種としては主に「大和早生(やまとわせ)」「土垂(どたれ)」が栽培されています。「土垂」は関東を中心に非常にポピュラーな品種で、長丸形で肉質がしっかりしていて、ぬめり、粘りが強い品種です。「大和早生」は、丸形で肉質はなめらかで、適度なぬめりと粘りを持っており、料亭などからの指名買いなども多い品種です。

南 米原産であるサツマイモは、17世紀初期に日本に伝来したと言われています。植物分類上、アサガオなどと同じヒルガオ科に属しているので、同じイモでもサトイモ科に属する里芋とは生態が異なり、水はけがよく、やせた土地を好みます。そのため、肥沃な水田土壤を有する新潟県は大量生産には向かず、主に新潟市の砂丘地帯や長岡市の丘陵地などで栽培に限られています。

長岡市では、特に越路地域の丘陵地周辺での栽培が盛んで、これは新潟県の土壤としては珍しい「黒ボク土」という火山灰や腐植などから構成される土壤が分布しており、サツマイモの生育に適していたためと言われています。

主力品種は「紅はるか」と「紅あづま」。2品種を比較すると、「紅はるか」は、やや明るい紫色の皮で、果肉は加熱するとねっとりとした食感になり、甘みが強いのが特徴で、「紅あづま」は、加熱するとホクホクとした食感になり、優しい甘みが特徴です。いずれの品種も、収穫後1ヵ月ほど低温・乾燥を避け保存することで、追熟して甘くなります。



紅
あ
づ
ま

さつまいも

红薯

Sweet Potato

Nagaoka City enjoys nutrient-rich soil prime for growing taro thanks to the Shinano River, the largest in Japan. The smooth flesh and mildly sticky texture of this edible root make it ideal for use in Japanese dishes such as Noppe, a traditional vegetable stew.

长岡市是由日本第一的大河信浓川所形成的肥沃(营养丰富)土壤，因此十分适合种植芋头。其肉质顺滑，粘度适中，十分适合用于乡土料理“杂煮芋头”等和食中。



Nagaoka City is home to two main varieties of sweet potato. When baked, Beni Haruka sweet potatoes boast a honey-like smooth texture with a distinct sweetness, while Beni Azuma sweet potatoes have a more subtle sweetness and a notable fluffy texture.

长冈主要种植两个品种。其中“红春香”经过加热之后便会形成如蜜汁渗透一般的顺滑口感，并且甜味强烈，而“红东”在加热之后会形成软糯口感，并带有温和的甘甜。

しつとり、ほくほく。雪国品質の甘みが自慢。



日本で栽培されるカボチャの多くは「セイヨウカボチャ」というメキシコ原産の種類で、北海道などが一大産地となっています。

長岡市では、越路、三島、和島、寺泊、与板地域で「くりゆたか(初夏に収穫)」という品種が、栃尾地域で「雪化粧かぼちゃ(初秋に収穫)」という品種が主に栽培されており、長い期間にわたり味わうことができるのが特徴です。国内で広く食べられている「えびすかぼちゃ」と比較すると、「くりゆたか」は鮮やかなオレンジ色で、甘みが強くホクホクとした粉質の強い果肉が特徴です。「雪化粧かぼちゃ」は、その名の通り、皮が薄雪で覆われたような灰白色をしており、果肉は鮮やかな黄色で、くりゆたかと同様に甘みが強くホクホクとした食感が特徴です。また、「雪化粧かぼちゃ」は、一般的なカボチャよりも貯蔵性が優れており、収穫後1ヵ月から1ヵ月半貯蔵すると甘みがのり食味が良くなります。

Japanese pumpkins from Nagaoka City are harvested in early summer (Kuriyutaka variety) or in early fall (Yukigesho variety). Both varieties are sweet and fluffy.

长岡市种植有初夏收割的“栗丰”品种以及初秋收割的“雪化粧南瓜”。两个品种均十分甘甜，且口感软糯。



Japanese
Pumpkin

南瓜

夏から冬まで楽しめる味。

かぼちゃ

スイーツにも料理にも

れんこん

Lotus Root

莲藕

ハスの肥大した地下茎(根茎)であるレンコンは、亜熱帯性の植物のため温暖な気候を好み、周年水を要することから国内の産地は非常に限定的です。国内では、茨城県が一大産地となっていますが、新潟県でも多く作られており、収穫量は全国7位となっています。長岡市では主に中之島地域の大口地区で栽培されており、県下最大の産地となっています。大口地区はもともと沼地でガスなどが採掘されていましたが、豊富な地下水と窒素分を含む粘土質土壤がレンコン栽培に適していたため産地となりました。

大口地区で栽培される品種は「エノモト(早生品種)」と「だるま(晩生品種)」の2種類で、いずれも「大口れんこん」というブランド名で流通しています。特に「だるま」は、そのほとんどが長岡市で栽培されている品種で、肉厚でシャキシャキとした食感と甘みが特徴です。食感を活かしたサラダやピクルスなどに最適です。

甘みが自慢の一品。
真っ白な身と
シャキシャキの食感、



Lotus root are the edible tubers of the sacred lotus plant. Nagaoka City's Nakanoshima area is the most well-known lotus root production region in Japan and is home to thick lotus roots with a crisp texture and sweet taste. The roots from this area are sold under the brand name Okuchi Renkon.

莲藕是莲花的地下茎。长岡市中之岛地区是日本国内屈指可数的莲藕产地，这里种植的莲藕肉质厚实，口感爽脆，口味甘甜。其品牌名为“大口莲藕”。

野

生種は茶色で笠が大きくナメコに似ていますが、現在食用として流通しているものは、白色で笠が小さく細長い品種が主流です。これは、白色の食材として重宝されたことと、栽培の過程で紙筒を巻き形を整えることによ来します。新潟県は、長野県に次ぐキノコ類の産地で、えのき茸の生産量は全国で2位を誇ります。

長岡市では、川口地域で栽培が盛んで、県下第2位の産地です。元々は、農家の出稼ぎ対策として、冬期間の副業として営まれていましたが、寒冷多湿な気候が高品質のえのき茸の栽培に適していたのに加え、食生活の多様化が進み、需要が増加したことから、本格的な通年栽培に発展しました。川口地域では、衛生管理と作業の効率化が図れる液体種菌の利用、トウモロコシ芯の粉碎物や米ぬかを原料とした有機培地の利用、生育段階に合わせ日々温度・湿度管理ができる栽培方法(ワンルーム栽培)を採用することで、安全・安心で高品質のえのき茸の栽培に取組んでいます。シャキシャキの食感を活かしたソテーなどがおすすめです。



Enoki mushrooms, which boast snow-white bodies and a crisp texture, are another of Niigata's specialty products. Nagaoka City's Kawaguchi area is known for its high-quality enoki mushrooms carefully grown through advanced hygiene control and organic culture media.

新潟县是蘑菇的知名产地。这里的金针菇拥有如雪般白皙的颜色以及爽脆的口感。长岡市川口地区通过采用严格的卫生管理以及有机种植地等，成为了高质量金针菇的产地。

金針菇

Enoki Mushroom

えのき

シャツキ、シャキの食感と
雪のような白さが自慢。



イ

チョウは世界古来の樹木の一つで、世界各地に生息していますが、食用とするのは日本や中国など東アジア特有の食文化とされています。収穫初期のギンナンは、含有するクロロフィル(葉緑素)により翡翠色を呈していますが、熟成や加熱調理によりクロロフィルが分解されると黄色に変化していきます。

国内の主要産地が大分県や愛知県など西日本に集中している中、新潟県は生産量7位となっており、長岡市小国地域は県内有数の産地となっています。小国地域でのギンナン栽培は、昭和60年代初期に、遊休農地対策として、古くから地域内に植樹されているイチョウを活用したことに由来します。国内では、大粒品種が好んで栽培されていますが、小国地域では、古くから地域にあった「桃太郎」という中粒品種を主に栽培しており、濃厚な味ともちもちした食感が評判で、県内のほか関東方面にも出荷されています。食感や風味を活かした素揚げや塩炒りに最適です。

もつちり、
濃い味が自慢の一品。

ぎんなん

銀杏果
Ginkgo nuts

Found inside the fruit of the ginkgo biloba tree, ginkgo nuts are commonly heated and eaten in Japan. The Oguni area of Nagaoka City is home to medium-nut varieties known as Momotaro ginkgo, notable for their rich nutty flavor and unique texture.

银杏果是银杏种子的果肉，在日本拥有加热食用的文化。在长岡市小国地区种植有名为“桃太郎”的中粒品种，其拥有如同坚果一般的浓郁香味，口感Q弹。

越後姫

越后姫草莓

Echigo Hime
Strawberry

越後の姫は、柔らかな肌と甘みがチャームポイント。



The Echigo Hime variety of strawberries—dubbed the Princess of Echigo (the former name of Niigata)—is a Niigata product that is commonly found in Nagaoka City. With an average acidity of 0.5% and an average sugar content of 10 to 11%, these soft and juicy strawberries are prized for their sweetness.

适宜新潟县种植的“越后姫(越后之姫)”品种在长冈市也有种植。“越后姫”果皮柔软多汁，平均酸度为0.5%，平均糖度为10~11%，口味甘甜。

現 在、一般的に「イチゴ」と呼ばれている品種は、18世紀中ごろにヨーロッパにおいて南米原産の野生種チリーアイチゴと北米原産の野生種バージニアイチゴを交配させたのが起源とされ、日本に導入されたのは江戸後期と言われています。国内の苺の産地は、栃木県や福岡県など暖かく、日照時間の長い地域に集中していますが、新潟県でも「越後姫」というブランド苺が栽培されています。

「越後姫」は、「ベルルージュ」「女峰」「よのか」を交配させて平成8年に誕生した品種で、耐寒性と食味性を兼ね備えており、長岡市でも栽培されています。果皮は鮮赤色で光沢があり、とても柔らかく、種子(つぶつぶ)の密度が低いのが特徴です。果肉は淡い赤橙色で、空洞が少なく、肉質は緻密で多汁です。雪国の厳しい環境の中、時間をかけて成熟するため、平均糖度は約10~11%と高く、平均酸度は約0.5%と低いため、甘さがとても強く感じられます。味の評価は高いものの、果皮が柔らかいため県内での消費が中心でしたが、近年では輸送技術の向上により、全国への展開が期待されています。

日本海の荒波に育まれた
「とつておきの味」。

寺泊魚介

寺泊鱼贝类

Teradomari
Seafood

山々の豊富な栄養を含んだ雪解け水が信濃川として流れ込む寺泊の海は、好漁場となっており、新潟ブランドの「越後本ズワイ」をはじめ新潟県のプライドフィッシュである「南蛮エビ」「ヤナギムシガレイ」「のどぐろ」、高級魚の「ひらめ」「鰯」、素潜り漁で獲れる「サザエ」「岩ガキ」など様々な水産物が水揚げされます。

特に、平成29年にブランド化された「越後本ズワイ」は、身がぎっしり詰まった800g以上のオスであること、出荷時に生きていることなどの厳しい基準で選別されているので、甘みや味噌のコクは極上です。また、信濃川汽水域において「サクラマス」の刺し網漁が行われているのも特徴です。「サクラマス」はサケ科の魚で、「ヤマメ」が海に降り、川に遡上したものの呼称です。脂ののった柔らかい身は絶品とされていますが、全国的に漁獲量が減っているため「幻の高級魚」とも言われています。なお、「メギス」や「バイ貝」など味が良く、値ごろ感のある魚介類も水揚げされており、寺泊漁業協同組合では販路拡大に取組んでいます。



春	夏	秋	冬
ヒラメ	アジ	ノドグロ	カレイ類
ズワイガニ	サバ	サケ	南蛮エビ
サクラマス	ズク	ワタリガニ	アンコウ
アジ	ガキ	ギ	ハタハタ
イワシ	アワビ	スマス	マダラ
マダイ	サザエ	ズキ	タタキ
ツブ貝	など	など	など

The seas off the coast of Nagaoka City's Teradomari area are bountiful fishing grounds infused with rich snow melt carried by Japan's largest river, the Shinano River. Seafood commonly caught in these waters include seabass, snow crab, sweet shrimp, masu salmon, and Iwagaki oysters.

充足的雪融水经由日本第一的大河信浓川流入长冈市寺泊地区海域，形成了条件极佳的渔场。除了“鲈鱼”等近海鱼之外，还可捕获到“雪蟹(snow crab)”、“甜虾(sweet shrimp)”、“樱鳟”、“岩牡蛎”等。

嚙むほどに

「じゅわつ」と旨味あふれる。

新潟のブランド地鶏。

新潟県在来の天然記念物「蜀丸」に「名古屋種」「横斑ブリマスロック」を掛け合わせ平成16年に誕生した地鶏です。この掛け合せは、新潟県畜産研究センターの行った旨味成分や食味分析によって、もっともおいしいと評価された掛け合せです。肉質は、イノシン酸含量が高く、脂肪分が低く、保水性が高いので、味が濃くジューシーなのにヘルシーという特徴があり、がらスープも格別と言われています。

長岡市では、柄尾地域の菅畠地区で飼育されており、柄尾で幼少期を過ごした武将・上杉謙信公の幼名にちなみ「虎千代鶏(とらちよまる)」と呼ばれています。



にいがた地鶏



にいがた地鶏の飼育要件

- ① 90日齢以上飼育した雄
- ② ふ化後28日齢以降は1m²あたり10羽以下、平飼いで飼育
- ③ 新潟県産米を給与(虎千代鶏の場合は柄尾産コシヒカリ)

にいがた和牛

Niigata
Wagyu
Beef

新潟和牛

香りが自慢。
コク深い味わいと
新潟のブランド和牛。



にいがた和牛の要件

- ① 黒毛和牛の去勢牛又は、未経産牛であり血統が明確であるもの。
- ② 新潟県内で肥育され最長飼養地が新潟県内であるもの。
- ③ 品質規格等級において[A] [B] 3等級以上のもの。
- ④ 家畜個体識別システムにより、生産から出荷までの移動履歴の確認が出来るもの。



Niigata's most popular Wagyu are fattened in the Yamakoshi, Nakanoshima, or Yoita areas of Nagaoka City.

Only cattle that meet the following requirements can be considered Niigata Wagyu.

① Kuroge Wagyu steers or heifers with a clear lineage.

② Fattened and farmed for the longest stretch of time in Niigata.

③ Grade A-3 or B-3 or higher.

④ Traceable history using the Cattle Individual Identification Number System.

新潟县的代表性和牛，在长岡市的山古志、中之岛、与板地区育肥。

新潟和牛的条件

- ① 黑毛和牛中的骟牛或未生产过且血统纯正的牛。
- ② 于新潟县内育肥，并且最长饲养地为新潟县内。
- ③ 质量标准等级在“A”、“B”3个等级以上。
- ④ 可通过家畜个体识别系统确认从生产到出货的移动记录。

Derived from Niigata's most well-known traditional chicken variety of To-maru, Niigata chicken is commonly bred in the Tochio area of Nagaoka City.

To be recognized as true Niigata chicken, birds must meet the following requirements.

- ① Roosters raised for at least 90 days.
- ② Raised in a flat area with no more than 10 birds per square meter from 28 days old.
- ③ Fed rice grown in Niigata (specifically Tochio Koshihikari rice for consideration as Torachiyomaru chicken)

它是以新潟县原产天然纪念物，名为“唐丸鸡(Toumaru)”的肉鸡为基础诞生的本地鸡，在长岡市的柄尾地区进行饲养。

新潟本地鸡的饲养条件

- ① 饲养90日龄以上的公鸡
- ② 孵化后的28日龄以后以每平方米10只以下平养为条件进行饲养
- ③ 喂食新潟县产大米(虎千代鸡喂食柄尾产越光米)