



大分名產食材大全

豐沛的山海資源
所孕育的美食
種類豐富！



3 甘太君 ◆P6

蕃薯界的新明星！豐富的甜味與厚實的口感為特徵

4 養殖牡蠣 ◆P6

主要以中津市、杵築市、佐伯市為養殖區。有真牡蠣與岩牡蠣等，種類豐富

5 雞蛋 ◆P5

大分縣有許多雞肉天婦羅、炸雞塊等有名雞肉料理。雞蛋的美味也不在話下！

6 乾香菇 ◆P5

生產量與品質傲居日本第一！
菇肉厚實，帶有濃醇香氣

7 生香菇 ◆P5

以原木與菌床栽培。不但全年供貨，且香濃味美！

8 酸橙 ◆P7

大分縣產量佔全國 9 成以上。富含檸檬酸、維他命 C

9 梨 ◆P6

產期為 7 月～ 2 月，可長期供貨。香脆可口深獲好評

10 溫室蜜柑 ◆P7

甜味與酸味均衡，味道濃郁為特徵

內容

三大必吃食材詳細介紹！…P 2～5

養殖鰺魚・大分豐後牛・乾香菇

產地特別資訊！…P 6～7

大分農產品

盛產期一目瞭然！…P 8

供貨時期

1 細蔥 ◆P7

大分縣栽培營養豐富滋味佳的細蔥

2 豬肉 ◆P4

大分的大自然所造就的良好環境下，飼育過程中嚴格貫徹安全管理

11 白菜 ◆P7

主要栽培於高海拔高地。大分縣是白菜的一大產地

12 玉米 ◆P7

多生產於海拔較高的縣中央地區，其甜味獲得好評

13 明蝦 ◆P3

天然蝦在縣內可大範圍捕獲。養殖蝦主要生產於以狐狸舞聞名的姬島

14 高貴海扇蛤 ◆P3

貝殼獨具特徵，呈橘、紅、紫、黃色，殼色鮮豔。據說吃起來比帆立貝更甘甜美味

15 大葉 ◆P7

也稱為青紫蘇。是日本料理的固定食材，常作為生魚片旁的配菜等

16 白蔥 ◆P7

栽培於富含礦物質的沙地土壤上，甜味濃厚

17 養殖鰺魚 ◆P2

肉質緊緻，帶有鮮美油脂，令人一口接一口，深獲好評！

18 大分豐後牛 ◆P4

油脂細膩，肉質滑順，入口即化的味道令人欲罷不能

這些都是大分縣產！

只有溫泉縣才有！

地獄蒸氣

利用溫泉噴出的蒸氣所炊煮的大分當地美食。調理方式簡單，吃法健康。利用約 100℃ 的高溫瞬間蒸煮完成，美味加分。來大分縣一定要體驗！

如何來大分

- 從東京出發
從羽田機場搭乘飛機 1 小時 30 分
- 從大阪出發
從伊丹機場搭乘飛機約 1 小時
- 從福岡出發
從 JR 博多站搭乘特急列車約 2 小時



生產量
日本
第二！

縣南地區為形式錯綜複雜的
台灣式海岸，是極佳的
養殖魚場

養殖鰺魚

魚身厚重，魄力十足！

只在日本近海
養育的固有魚種！

實況報導

油脂清爽不膩！比起普通的鰺魚更為鮮美沒有腥味

關於鰺魚

新年等喜慶場合的珍貴食材
擁有豐富水域的大分縣
生產量居全國第二

鰺魚是每個成長階段都有不同名稱的「晉升魚」，在喜慶場合是不可或缺的吉祥象徵。大分縣呈台灣式海岸，不易受波浪影響，鰺魚的養殖興盛。

有美容瘦身、
預防生活相關
疾病的效果！

鰺魚的高營養成分為人所知，富含優良蛋白質、維他命B群、維他命D群與鐵質等。據說也有預防改善生活相關疾病的效果。鰺魚也富含成為現今話題的ω-3 (omega-3) 脂肪酸。

產期
全年
產地
佐伯市、
津久見市、
臼杵市

實況報導
生魚片吃起來彈力十足，嚼一口即可感受鮮嫩美味！

日本首例！
取得 HACCP 認證的養殖場

HACCP 是受國際認證的衛生管理法。大分縣有日本第一個從養殖場至加工廠的所有生產線皆取得 HACCP 認證的企業。政府與企業雙重把關，努力生產安心、安全、新鮮的鰺魚。

也刊載於日本最早的美食書！
「美味求真」發表於大正 14 年（1925 年），是日本首次以食物為主題，當時榮登暢銷榜的散文。作者木下謙次郎於文章中對大分縣的食材有高度評價。

還有！
大分
漁業名產

關竹莢魚

全國引以為傲的大分縣高級魚。是漁民從速吸瀨戶急浪中堅持一條一條垂釣上來的竹莢魚。產地在佐伯市佐賀關。全年皆為產期。



關青花魚

和「關竹莢魚」相同，位於速吸瀨戶漁場，由漁民長年累積的直覺與技術一條一條垂釣上來的青花魚。產地在佐伯市佐賀關。產期為 11 月～5 月左右。



養殖鮪魚

近年產量增加，生產量居全國第三。因考量黑鮪魚的資源問題，2015 年於佐伯市也開始展開由人工魚苗繁殖的完全養殖。



養殖比目魚

養殖比目魚的生產量位居全國前茅！於管理嚴格的陸上養殖場中進行養殖。全年皆為產期。



高貴海扇蛤

主要養殖於佐伯市。貝殼與貝肉類似帆立貝，但殼色鮮豔，呈橘、紅、紫、黃色，獨具特徵。據說甘甜美味勝過帆立貝。全年皆為產期。



明蝦

天然明蝦在縣內可大範圍捕獲，產期在 7 月～1 月。養殖明蝦大多養殖於以狐狸舞聞名的姬島的鹽田舊地，產期在 8 月～12 月。



虎豚

棲息於豐後水道急流的虎豚，肉質緊緻，有獨特的口感。天然和養殖的虎豚的產期皆為 11 月～3 月。



白帶魚

漁民一條一條細心釣上來的白帶魚外型優美，肉質鮮嫩。在魚市場也深獲好評。產期為 4 月～11 月。



怎麼吃？

品嚐養殖鰺魚最直接的方式就是

生魚片

養殖鰺魚肉質緊緻，帶有鮮美油脂，獲有高度評價。請從生魚片的原味開始品嚐。擠一點大分特產柑橘類「酸橙」，搭配著吃也不錯。也推薦搭配大葉（青紫蘇）一起吃，作為生魚片旁的配菜，有殺菌與增進食慾的效果。



沾醬必選酸橙醬（香母醋醬）

輕輕涮一下 更具風味 涮鰺魚

鰺魚切成薄片，放進高湯鍋輕輕地涮一下，搭配酸橙醬。鰺魚加熱後不但能提引美味，也能去掉多餘油脂，吃得健康。

大分的當地美食

配飯配酒皆適宜的料理 琉球

將生魚肉切碎，放入醬油和調味酒等醬汁中醃漬的料理。名稱由來有一說是作法是從「琉球（沖繩）」傳來的，也有一說是從「利休和（食物拌芝麻醬的一種料理法）」取名的。



來一杯麥燒酒
配酸橙吧



油脂豐厚，
富有口感

鰺魚壽司

油脂豐厚的養殖鰺魚，做成壽司也非常美味，白米使用大分縣主要品種「白米」。



攝影
贊助店家

當地美酒與海鮮
海坊主 YOCCHAN

掌廚人秦先生是九州第一個獲得「魚大師」資格的人。該店提供該時節盛產最新鮮美味的當地魚類作為料理。建議您事先以電話預約。



☎097-537-2100
◎大分市中央町 1-4-22
SAKURAYA BUILDING 1 樓
◎從 JR 大分站出站後走路 6 分鐘
●11 點～14 點、17 點～23 點
⊗不定期公休 ⊕無

※這裡刊載的料理是拍攝用的特製料理

2部門
日本第一

第10屆全國和牛能力評選會的
2部門中獲評日本第一



大分豐後牛

在大分縣的
大自然孕育下所
飼養的和牛



關於大分豐後牛

歷史與傳統，品質可靠引以為傲

大正10年（1921年）所舉辦的全國畜牧博覽會中，大分縣產的「千代山」號獲選為冠軍。平成24年（2012年）舉辦的第10屆全國和牛能力評選會中，「若雄」與「繁殖雌牛群」兩部門雙雙獲得相當於日本第一的農林水產大臣獎，確立了在和牛界的地位。

保持年輕的健康食品。
而且吃了以後幸福洋溢！

大分豐後牛除了蛋白質以外也富含被稱為美容維他命的維他命B群。此外，必需胺基酸均勻，也富含色氨酸，是人體合成被稱為幸福賀爾蒙的血清素時不可或缺的胺基酸。

和牛統一標準。外銷時為了向海外消費者宣傳日本和牛的優質美味的信賴標準。只有達到條件的和牛才有此一標準。美味的大分豐後牛擁有這個標準當然是不在話下。

實況報導

上等的油花烤過
之後香味俱增，
美味更上一層
樓！吃起來清爽
不油膩，每天都
想品嚐！



產期 全年
產地 全縣

實況報導

入口即化的滑
順口感。油花細
膩且肉質軟嫩！

令西方也自認遜色的
Bungo=豐後

於安土桃山時期以葡萄牙文製作的世界地圖上，大分縣標著「Bungo」的文字。九州當中最早與海外有交流接觸的豐後，從以前就被西方人所詳知。

牛肉含有一種叫油酸的不飽和脂肪酸。據說含有率越高味道與口感越佳。大分豐後牛油酸豐富，非常美味。

豬肉

主要產地在九重町、竹田市、豐後大野市、國東市等。大分的大自然造就的良好環境下，以安全徹底的管理方式飼育。



雞蛋

大分縣有許多雞肉天婦羅與炸雞塊的料理。不僅雞肉生產量大，雞蛋的出貨量也多。也採取嚴格的衛生措施。



還有！
大分
畜牧名產

生產量
與品質
日本第一

全國乾香菇品評會連續18年，
共50次獲得團體優勝



大分縣的乾香菇
採用樺木原木

乾香菇



昭和54年（1979年）以來，
相模灣中獲勝的力士獲贈內有
乾香菇的獎盃。

實況報導

香菇肉厚
大朵，
獨具口感！



實況報導

香氣濃厚！
一朵香菇做美味
高湯綽綽有餘

關於乾香菇

大分縣乾香菇約佔國內生產量5成。
品評會中是優勝的常客！

全國乾香菇品評會中每次都以傲人的成績奪冠，不論是質或量皆居日本第一！除了氣候適合栽培香菇，也堅持使用樺木原木，並使用無農藥栽培法。

香菇乾燥後美味加分。
食物纖維是女性的最佳良伴！

乾燥過程中由於熱度與酵素的作用，美味成分的鳥苷酸俱增。據說其中的香菇多糖成分可提升免疫力。乾香菇也富含幫助鈣質吸收的維他命D與食物纖維。

乾香菇泡水方法

為了提升乾香菇的「美味」極限，低溫
泡法是最佳的方式！

推薦方法

將乾香菇浸泡於5度左右的冷水中
然後放進冰箱，菇肉肥厚菇傘成封閉狀的香
菇浸泡10小時左右，菇肉細薄菇傘成展開狀
的香菇浸泡5小時左右即可製作美味料理。

怎麼吃？

大分縣的
日本酒種類也豐富



就是這個！日本的豪華鍋！

壽喜燒

利用鐵鍋將牛脂加熱，撒入砂糖後放入牛肉，兩面煎熟淋上一些醬油後，先將牛肉沾上蛋汁品嚐。這是肉質軟嫩的大分豐後牛的最棒吃法。

入口即化的幸福瞬間

涮涮鍋

真竹竹材產量
日本第一！縣產竹筴



牛肉薄片放入涮鍋內輕輕涮一下，搭配
酸橙醬或芝麻醬享用。美味豐厚的油花
融化後使大分豐後牛的細嫩度倍增。

香菇醬油與
大分縣為發祥地的
柚子胡椒醬也
非常適合牛排



肉汁滿溢令人欲罷不能！

牛排

若要直接享受豐後牛的鮮美多汁，推薦您嚐試牛排。
泡發後的乾香菇非常適合牛排，香菇充分吸收大分豐
後牛的肉汁美味，味道也絕對不輸牛排。

恰到好處的熟度
肉壽司

烘烤過的牛肉切成薄片，與醋飯捏成的握
壽司。大分豐後牛的油脂清爽帶甜味，做
成壽司也能輕鬆品嚐。

小鹿田燒也是
Made in大分
※小鹿田燒...日田市
血山地區祖傳的重要
無形文化資產



深受女性喜愛！
縣產梅酒



攝影
贊助店家 肉料理 嘉牛

大分豐後牛當中也只使用 A5 最高
等級牛肉的高級豐後牛專門店。壽
喜燒或是涮涮鍋都是一人份 5400
日圓起。最好請事先預約。

☎097-536-5561
◎大分市都町 4-2-23
◎JR 大分站出站後走路 15 分鐘
●17 點~23 點
ⓧ不定期公休 Ⓜ5 輛

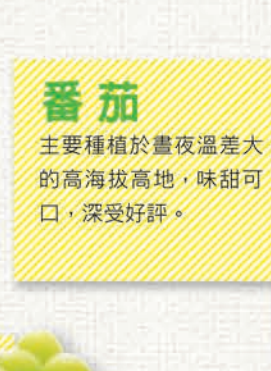


※這裡刊載的料理是拍攝用的特製料理



貓眼無籽葡萄
葡萄大顆且無籽，口感清脆美味。是次於巨峰葡萄，備受關注的品種。

產期 7月~11月
產地 宇佐市、日田市



番茄
主要種植於晝夜溫差大的高海拔高地，味甜可口，深受好評。

產期 全年
產地 夏秋...竹田市、九重町、玖珠町、由布市
冬春...臼杵市



天草(美娘)橘
果肉滋味豐富細緻。是全國生產量少的稀有品種，生產量全國第二。

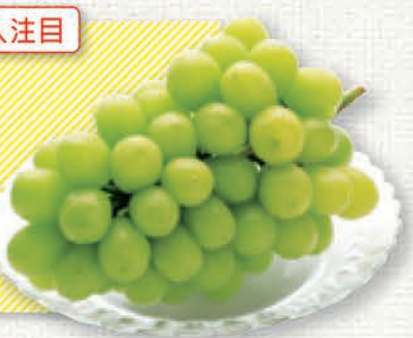
產期 11月~3月
產地 杵築市



酸橙
富含檸檬酸、維他命C。酸味溫和，可提引烤魚或肉等食材的原味。

產期 3月~7月(溫室)、8月~9月(露地)、10月~2月(鹽藏)
產地 竹田市、臼杵市、豐後大野市等

可連皮一起享用的水果，引人注目



晴王麝香葡萄
酸味少甜味豐富的大顆系列品種。無籽可連皮一起食用為其特徵。

產期 7月~10月
產地 宇佐市、日田市

附有產地特別資訊！

大分農產品

大分縣有許多世界引以為傲的農產品，這是因為該地區除了環境與氣候的孕育以外，還有生產者的努力以及創意的成果！



新高梨
果實非常大，富有口感且具強烈甜味。此外，特徵是越入秋則越美味。

產期 9月~2月
產地 日田市等



甘太君
番薯新名產，特徵是有豐富的甘甜味以及厚實的口感。烤過以後可品嚐到其潤澤甜美的蜜汁。

糖度是一般番薯的1.5倍！

產期 12月~3月
產地 豐後大野市、臼杵市



溫室蜜柑
藉由光學感測器挑選，糖度達基準的蜜柑甜美多汁。

面積、生產量皆居全國第三

產期 4月~9月
產地 杵築市、佐伯市、國東市、日出町



白蔥
溫暖的氣候加上有豐富礦物質的沙地土壤，種植的白蔥甜味濃厚。

西日本第一的產地

產期 全年(冬季為縣北地區、夏季為高原地區)
產地 豐後高田市為中心的大分縣內各地



細蔥
這裡種植營養成分高，風味佳的細蔥，香氣誘人也是其特徵。

產期 全年
產地 宇佐市、中津市、國東市、杵築市等



秋月梨
果肉細緻鮮嫩，甘甜中帶微酸。2001年登錄為品種，出貨量逐年增加。

產期 9月 產地 日田市等



二十世紀梨
多汁，被認為是雪梨當中最鮮美的青梨品種，帶有微酸與高雅的甜味。

大分縣栽培的原創品種

產期 12月 產地 日田市等



茶
生產煎茶、蒸青綠茶、炒茶等各式各樣茶種，臼杵市是縣內第一的有機茶產地。

也有100%的有機茶

產期 全年
產地 杵築市、中津市、豐後大野市、佐伯市、臼杵市



大葉
也被稱為青紫蘇的和式草本植物。主要於大分市進行全年栽培。

產量位居全國第二

產期 全年
產地 大分市



草莓
主要生產形狀美麗味道香甜的品種「佐賀穗香」。有效利用沿岸溫暖氣候進行溫室栽培。

產期 11月~6月
產地 大分市、杵築市、佐伯市、國東市等



西日本著名的產區



米(日光米、豐姬米等)
有效利用大分縣平地及盆地、中間與山間農地、高冷地等地形的變化，種植安心安全的稻米。

產期 全年
產地 大分全縣

OASIS 春夏秋冬
於道路休息站中津設置的JA大分的直銷區。除了有生產者所栽種的安心可靠的季節蔬果之外，也銷售大分豐後牛、海鮮與適合做為伴手禮的加工品。

☎0979-64-8365
📍中津市加來 814
🚗東九州高速公路
距中津交流道約4公里
🕒9點~19點 🗓️年初 📺256 輛



盛

產期

一目瞭然!

供貨時期

農產品的詳情請見P6-7!

* 顏色較濃的月份是盛產期

產期

品項名

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
白蔥												
細蔥												
大葉 (青紫蘇)												
番茄												
草莓												
甘太君												
酸橙	儲藏				溫室			露地			儲藏	
溫室蜜柑												
凸頂柑												
天草 (美娘) 橘												
二十世紀梨												
秋月梨												
新高梨												
豐里梨												
貓眼無籽葡萄												
晴王麝香葡萄												
米 (日光米、艶姬米等)												
茶												

全年供貨品項



養殖鱸魚→P2



養殖比目魚→P2

大分豐後牛

→P4



乾香菇→P5



縣產雞蛋→P5



縣產豬肉

→P5



洽詢處

名產大分
外銷促進協議會

事務局 大分縣大分名產推廣課

TEL +81-97-506-3631

FAX +81-97-506-1761

e-mail a15320@pref.oita.lg.jp

●發行...名產大分外銷促進協議會
●企劃、編輯、製作... (股) JTB出版社

©2016大分縣/JTB Publishing, Inc. All Rights Reserved