



生わさびひと口メモ

●生わさびのおろし方

わさびの茎を外側から1本ずつ指でむしり取り、茎の付け根から円を描くようにおろします。

●食べ方

すりおろして刺身に、ステーキに、マヨネーズとあえてわさびマヨネーズに。茎は三杯酢醤油漬に。葉は天ぷらに。

●生わさびの効能

生魚の臭みを消し、強い殺菌力で食中毒を防ぐ働きがあります。またビタミンC、カルシウムなどが多く含まれています。さらにわさびの辛みには血栓を予防したり、ガン細胞の増殖を抑える効果もあります。

●わさびの保存方法

残ってしまったら乾いた新聞紙に包んで冷蔵庫の野菜室で保管すると2～3週間はおいしくいただけます。召しあがるときはわさびを冷蔵庫から出し、水に1時間ほどつけてからすりおろしてください。

案内図



千島わさび園

東京都西多摩郡奥多摩町丹三郎8-2

TEL 0428-85-1872

FAX 0428-85-1429

奥多摩

千島わさび園



奥多摩の深い緑が 育む清流…

千島わさび園は豊富な湧き水を利用した
わさび田で栽培し、手造りで製造しています。
ピリッとした緑の辛味は「食」を彩るばかりで
なく、体に良い効能があるとされています。
奥多摩の自然が作りだした本物の味をご賞味
ください。



奥多摩名物わさび漬

茎を使ったわさび漬は奥多摩名物です。1本ずつ皮を
むき、腋芽(根茎の表面にあるぶつぶつ)をこそぎ、茎
と根茎に分けて選別します。大きいものは市場へ、小
さいものは茎とともにわさび漬にします。細かく切っ
た茎は味付けした酒粕に混ぜて漬けます。千島のわさ
び漬はすべて手造りです。



①手造りみそわさび



②本わさび醤油漬



③本わさび三杯酢



⑦岩のりわさび



⑩詰め合せセット



④紅梅のり



⑤わかめわさび漬



⑥本わさび漬



⑪詰め合せセット(生わさび1本付き)



⑧わさび漬(包み)



⑨元祖わさび漬(角パック)



⑫詰め合せセット(生わさび2本付き)

●贈答セット組み合わせは、ご自由に選べます。