



食材王国みやぎ通信 2019年1月号



Miyagi-Kirinプロジェクト(通称 M・Kプロジェクト※)が
おすすめする1月の食材は
「いちご」と「ノリ」です！
ぜひ、宮城県産食材をお使いいただき、
地産地消を推進しましょう！

● 毎月第1金・土・日曜日は、「食材王国みやぎ地産地消の日」です。

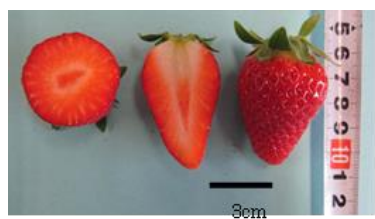
【いちご】 主な産地: 亶理地域(亶理町, 山元町), 石巻地域など

宮城県育成イチゴ品種「にこにこベリー」プレデビュー!!

みんなに笑顔届けたいとの想いで開発された宮城県育成イチゴ新品種「にこにこベリー」がプレデビューしました。

宮城のオリジナル品種「もういっこ」に「とちおとめ」を交配してできました。果実の色は鮮やかな赤色で、形は美しい円錐形をしています。甘さと酸味のバランスが良く大変美味しいイチゴです。

ぜひ、味わってみてください。



【果肉まで赤いにこにこベリー】



【にこにこベリー】

宮城県は東北一のいちごの産地です

平成29年産の宮城県産のいちごの生産面積は124ha、出荷量は4,100tで何れも東北では1位です。宮城県は冬が比較的暖かく、夏は冷涼で一年中いちごが生産される全国でも数少ない産地です。『仙台いちご』のブランド名で親しまれている宮城県産いちごは、昭和初期に養蚕の代替作物として亶理町吉田地区に導入されたことから始まりました。現在は、仙台や北海道の市場へ主に出荷され、食材王国みやぎが誇る青果物となっています。

選び方・保存方法

光沢があり、全体に色がついていて、表裏の色むらが少なく、黒ずんでいないもの、ヘタがピンとしていて、みずみずしく、乾いていないものが新鮮です。いちごは日持ちがしないので、冷蔵庫で1~2日程度保存する場合、乾燥を防ぐためにラップかビニールに入れて、洗わずに野菜室で保存します。

いちごは先端の方が甘いのでヘタ側から食べると甘さが強調されます。また、冷たいと甘みを感じにくいので、常温に戻すとよりおいしく食べられます。

いちごのフルーツビネガーポンチ



レシピ提供: 株式会社 Mizkan

材料(2人分)

- ◆いちご: 4~6粒
- ◆カットパイナップル: 4~6個
- ◆ブルーベリー: 10粒
- ◆ミツカン ブルーベリー黒酢: 30ml
- ◆オレンジ: 1/2個
- ◆キウイフルーツ: 1/2個
- ◆ミント: 適宜
- ◆水: 150ml

作り方.....

【1】いちごは半分に切る。オレンジは房取りにする。キウイフルーツは皮をむいて5mm幅のいちょう切りにする。
 【2】冷水と「ブルーベリー黒酢」を合わせておく。
 【3】深めの皿に【1】とカットパイナップル、ブルーベリーを入れ、【2】を注ぐ。お好みでミントの葉を添える。

【ノリ】 主な産地：仙台湾

宮城県のノリ 全国で最初に出荷開始

宮城県は全国の主要なノリ生産地のうち最北に位置し、例年最も早くノリが出荷されます。収穫は主に11月から4月にかけて行われ、他の産地と比べ漁期が長いのが特徴です。

12月下旬から1月頃に「冷凍一番」と呼ばれて収穫されるノリは、色ツヤや味、香りの品質・評価が特に高くなります。



ノリ養殖の歴史

宮城県では、江戸時代に気仙沼湾で養殖が始められました。その後、県中部や南部の内湾にも広がり、養殖技術の進歩とともに、外海でも養殖が行われるようになった結果、生産量が飛躍的に増えました。

みちのく寒流のり

宮城県漁業協同組では、最北の漁場で養殖され、栄養豊かな河川や親潮の恵みに育まれた宮城県産のノリを「みちのく寒流のり」としてブランド化を図っています。

また、震災後、数量よりも品質を重視した生産・製品づくりを行うことで、評価を高めている産地もあり、生産者自らが「海苔チップス」などの味付けノリ等の加工品を製造・販売する取組も広がっています。



食べ方

宮城県産のノリは、焼き海苔にしてもしっかりとしており、海苔巻きやおにぎりなどに利用するのがお薦めです。焼き海苔を刻んで汁に入れたり、チーズを挟んでおやつやおつまみにしたりと、様々な料理でお楽しみいただけます。

また、時季限定、産地ならではの「生ノリ」が手に入れば、味噌汁や酢の物、佃煮、卵焼き、麺類のトッピングなどで、豊かな磯の香りを堪能することができます。
美味しい宮城のノリを是非お召し上がり下さい。

ノリとひたし豆のナムル



材料(2人分)

- ◆ノリ：大さじ1
- ◆だし汁：大さじ1
- ◆ごま油：大さじ1/2
- ◆塩：小さじ1/4
- ◆白すりごま：小さじ1
- ◆ひたし豆：120g
- ◆白炒りごま：適量
- ◆薄口しょうゆ：小さじ1弱
- ◆おろしにんにく：小さじ1/4

作り方

- 【1】ボウルにAの材料を合わせる。
- 【2】別のボウルに、だし汁とノリを合わせておく。
- 【3】【1】のボウルに、ひたし豆と【2】のノリをだし汁ごと加え、さっと和える。器に盛り、白炒りごまをふる。

出典：キリンビールホームページ「キリンレシピノート」
レシピ提供：料理家 村松りん ~RIN'S KITCHEN~

※ M・Kプロジェクトとは...

平成18年キリン一番搾り生ビールのテレビCMで「宮城の牡蠣」篇を放映することを契機に、宮城県とキリンビール株式会社との間で、お互いの有する得意分野を活用しながら県産食材のPRを行い、地産地消や販路拡大の推進に連携して取り組むことを目的に立ち上げたプロジェクトです。