

IGUNE

イグネ

地産
地消

食と農の情報誌

vol.31
2018春

特集

毎日食べられる味を目指して
「松島とまと」

「旨いもの」づくりにズームイン

農家食堂 神明そば「慶」

クローズアップ

春に食べよう! ふるさと自慢の味
トマト／なめこ／
三陸つぼみ菜

産直マーケットのご案内

元気のもとを買いにいきましょう!

金成農産加工施設利用組合
「あぐりっこ金成」/
気仙沼農産物直売所
「菜果好(なかよし)」

わが家の味

こうや豆腐が食べ応えのある
料理に大変身
こうや豆腐の角煮

読者プレゼント

「松島とまと」など
選りすぐりの賞品



0円
無料

みやぎに
つぎに
あつた
みやぎ米

つながる、想い。つながる、美味しさ。

宮城米

みやぎが誇る
代表品種



あつさりとした食感
「ササニシキ」



宮城の主力品種
「ひとめぼれ」



光沢と白さが特徴
「つや姫」

炊きあがりの粘り、色つやが良く、あつさりとした程良い硬さの食感、おかずの味を引き立たせる香り豊かな風味が自慢です。

「ひとめぼれ」の生まは宮城県。粘り、つや、うまみ、香りのトータルバランスが良いことから、料理の幅を広げてくれるお米です。

平成21年に、宮城県の奨励品種に指定されました。光沢、白さが優れ、粒がそろっているのが特徴で良食味です。



「みやぎ米」メッセンジャー サンドウィッチマン

宮城米についての詳しい情報は <http://m-hozenmai.jp/>

あしたの元気! 宮城米 [検索](#)



平成28・29年度全国肉用牛枝肉共励会

名誉賞 2年連続受賞

みちのく 銘品 仙台牛



贅の極み、みちのくにあり

宮城県内で飼育・生産されている黒毛和牛の中でも最も風味豊かで、柔らかい肉質を有する品質の霜降肉だけを「仙台牛」と称しています。「品質」「風味」とも高い評価を受けています。

仙台牛 <http://www.sendaigyu.jp/> [検索](#)

宮城の園芸ガイド

おいしさ
いろいろ

みやぎのやさい・くだもの 出荷量ランキング

やさい
第1位
きゅうり

主産地: JAみやぎ仙南、
JAみやぎ登米、
JAいしのまき、
JA名取岩沼
旬 : 3~11月

春から秋の長期間出荷している宮城を代表する野菜で、京浜地区へのお荷も盛んです。

やさい
第2位
トマト

主産地: JA名取岩沼、
JA栗っこ、
JAいしのまき、JA仙台
旬 : 周年

4~6月・9~11月を中心に一年をとめて安定的に出荷しています。

やさい
第3位
こねぎ

主産地: JAみどりの、
JAいしのまき
旬 : 周年

東北一の産地であり、仙台市場を中心に出荷しています。

くだもの
第1位
いちご

主産地: JAみやぎ亘理、
JAいしのまき、
JAみやぎ登米、
JAみやぎ仙南
旬 : 12~10月

主力品種は「とちおとめ」と宮城県育成品種の「もういっこ」で、「仙台いちご」(地域団体商標500号)のブランドで北海道地区や京浜地区にも出荷しています。

くだもの
第2位
なし

主産地: JAみやぎ仙南、
JA仙台
旬 : 9~10月

代表品種は「幸水」「豊水」「新高」で、宮城県内外にも、京浜地区や関西地区に出荷しています。

宮城の「旬」をお
伝えするブログ
はコチラから！



<http://www.shunta-miyagi.com>

毎日食べられる 味を目指して 「松島とまと」

【JA仙台】松島町

有限会社サンフレッシュ松島・マキシマファーム株式会社

1年中店頭で見かける野菜の代表ともいえるトマト。

テーブルを彩る赤い色が食欲をそそり、
医者いらずといわれるほど栄養が豊富です。

実はトマトは時間をかけて成長する今が最もおいしい時期。

JA仙台管内松島町で長年トマトファンを魅了する
「松島とまと」の生産者を訪ねました。

オランダ式トマト栽培に
県内で初めて取り組む

「うちのトマトはうま味が強いのが自慢です。すっきりとしているので毎日食べても飽きない味なんです」と迎えてくれたのは、有限会社サンフレッシュ松島の代表取締役・内海正孝さん。農業先進国オランダの先端技術を導入し、パート社員を含む17名と共に10月〜6月末まで大玉トマト「桃太郎8（エイト）」を生産。「松島とまと」のブランド名で、県内を中心に横浜や秋田、札幌へ市場出荷しています。

内海さんが水稲から園芸作物へ転換を図り、サンフレッシュ松島を設立したのは平成8年。トマトは日射量を多く必要とする野菜のため、当時越冬型トマトの生産は福島県いわき市が北限だったといいます。



1 バッテリー駆動の台車に乗って作業を行う。レールは温水パイプになっており暖房の役割を果たしている。2 おいしいトマトづくりには降り注ぐ太陽の光が欠かせない。3 採光性を高める三角屋根がいくつも連なるダッチライト型ガラス温室。

「松島も太平洋側で雪が降らないし日射量もそこそこあるので、できると思いました。今は県内どこでも越冬型トマトを作るようになりましたが、その頃は宮城ではやめておけと言われたんですよ」と振り返ります。オランダ式トマト水耕栽培の先駆者として19作目。実績を積み重ねてきたサンフレッシュ松島には、県内外から視察が訪れます。

ガラス温室に入ると2メートルを超す高さに伸びたトマトが整然と立ち並び、その光景は圧巻の一言。1棟の面積は1ヘクタール。温度や湿度、二酸化炭素濃度、日射量などは環境制御システムで管理。トマトはココウールを培地にした養液栽培を行い、水や肥料は自動灌水システムで管理しています。もう1つの特徴が、ハイワイヤー方式という紐で茎を垂直に誘引する栽培方法です。下の葉まで太陽光がよく当たり、元気に育ちます。

「養液栽培のトマトはヘタまで均等に赤く色づきます。肥料にカルシウムを多く入れているので、完熟しても硬さがあり日持ちが良いのが特徴です」。

マルハナバチによって受粉が行われたトマトは第1花房から実をつけ、上に茎を伸ばしながら第2、第3花房が順に実をつけていきます。最終的には第28

安全・安心を食卓に!

有限会社サンフレッシュ松島とマキシマファーム株式会社の代表取締役を務める内海正孝さん。「農産物の安全性を認証する国際規格グローバルGAPを申請中です」。

〜30房まで着果。10アール当たり30トンという高い収量を誇り、年間300トン以上を出荷しています。

顔の見える店頭販売でファンを増やす

内海さんはサンフレッシュ松島を立ち上げた当初から、「松島とまと」のPRのために、積極的に店頭販売へ向かってきました。市場でトマトを買ってもらうためには、店頭で買う消費者が増えないと仕入れてもらえない。仕入れてもらうためには、販売店の人に「松島とまと」を理解してもらうことが重要



毎朝10時まで収穫を行い、その後選別・梱包・出荷準備を行う。

だと考えたのです。
「当時はお金もなかったもので、自分が行くしかなかった。それが何年も続き、今でも店頭販売に来てくださいと声がかかります。お客さんとも顔なじみになりました。今じゃ、また来たの？くらいに思われていますよ」と笑います。以前はカットしたトマトをそのまま試食で提供していましたが、現在はサラダに



最新設備を備えたマキシマファーム。LPガスを使用し温室管理を行う。

して提供。冬に生野菜サラダを食べてもらうために根菜を組み合わせるなど、食べ方の提案も行っています。

「この産地がおいしいと思っても、翌年になるとガラツと味が変わることがある。松島とまとは変えないでほしいとお客さんから言われています。作り手としてはもっと作りやすい品種があるけど、今まで販売店の人と一緒に松島とまとのファンづくりをしてきました。だからうちはずっと桃太郎8です」。

その言葉には、消費者目線のトマトづくりに取り組んできた揺るぎない自信と誇りがあふれています。

生産規模を拡大し さらなる飛躍を目指す

平成26年、名古屋の岡谷鋼機株式会社と合弁会社「マキシマファーム株式会社」を設立。サンフレッシュ松島に隣接して1ヘクタールのガラス温室を建設し、「松島とまと」の生産を開始しました。

「取引先から生産量を増やしてほしいという声がありましたし、町にとっても雇用を生むので規模を拡大したいという思いがありました。日本の農業は農家だけでは立ち行かなくなってきました。そこに企業が入ってくれば心強い点もあるので話を受けました」。



茎を上へ誘引する一方で、収穫を終えた部分から引き下げていく。



すずなりに実をつけるミニトマトの新品種「サマー千果」。

内海さんにとって決め手となったのは、「松島とまと」のブランドで生産できること。何より「松島とまとのこの味を作りたい」とオファーを受けたことでした。現在21名が働くマキシマファームでは「桃太郎8」に加えて、中玉サイズの「フルティカ」、ミニトマトの「アイコ」を生産しています。2年前から試験栽培を行ってきたタキイ種苗の新品種「サマー千果(ちか)」は、今春種苗の発売が決定した注目のミニトマトです。

「マキシマファームは2作目なので、軌道に乗せることが当面の目標です。生産性を高めて、松島とまとをもっと広めていきたいですね」と内海さん。「松島とまと」はJA仙台たなはたけ高砂店などで購入可能です。栄養豊富なトマトは毎日でも食べたい野菜。だからこそ、食べ飽きない味を選んでみてはいかがでしょうか。

平成29年7月、名取市の農業法人が6次産業化を果たし
 農家レストランをオープンさせました。
 自家栽培・自家製粉にこだわった手打ちそばに
 多くのそばファンが訪れています。



1階は畳をフローリングに張り替えてテーブル席に。個室や2階の座敷席も用意。



「慶御膳」(1,200円)。この日はへそ大根の煮物、フルーツの代わりに桜もちが登場。

「旨いもの」づくりに
 Zoom in

農家食堂

自家栽培・自家製粉の石臼挽き手打ちそば

神明そば 慶

しんめい

自家栽培・自家製粉の石臼挽き手打ちそば

けい

名取産「常陸秋そば」で
 6次産業化を果たす

閑静な住宅地とその周辺に田園風景が広がる名取市田高。県道258号線仙台館腰線沿いに建つ「神明そば慶」は民家を利用した手打ちそば専門の農家レストランです。昨年7月28日のオープン以来、クチコミで評判が広がり、遠来のそばファンも足を運んでいます。

経営しているのは、名取市で水稲、麦、そば、大豆、ネギやメロンなどの野菜を生産する株式会社今慶農産。作付面積およそ70ヘクタールのうち、20ヘクタールでそばを生産しています。品種は「常陸秋そば」。実が大きく粒ぞろい。そば特有のえぐみが少なく、もちもちとした食感を生む粘りと強い甘味、豊かな香りが特徴です。開業する前は、生産した玄そばを県外の製粉会社で買い取ってもらっていましたが、地元での消費拡大を目指して6次産業化を果たしました。



そばの芳ばい香りが広がる「そばソフトクリーム」(250円)は直売所の隠れた人気。

日本家屋で ゆったり味わう極上の 石臼挽き手打ちそば

伝統的な日本家屋をそのまま活かした店舗は、重厚な梁や床の間など、純和風の造りが落ち着きを醸し出しています。店を切り盛りするのは、常務の今野裕章さんと料理長でそば打ち職人の三橋由佳さん。自社で低温貯蔵している玄そばを毎日その日使う量だけ脱皮機にかけて抜き実にし、石臼でゆつくり時間をかけて粗挽きに製粉します。



玄そばはその日使う分だけ殻を取り除いて抜き身にし、石臼で粗挽きに製粉する。



「ここでそばを食べて元気になって帰ってほしいですね」と料理長・三橋由佳さん。

越しの二八そばと手打ち十割そばの2種類を用意。昼30食、夜20食限定の手打ち十割そばは驚くほどなめらかで、噛むほどに甘味が口の中に広がります。天日干しのかつお節をふんだんに使用したそばつゆはすっきりとした口当たりで、そばの繊細な風味を引き立てます。

メニューは定番の「もりそば」「海老野菜天もり」「つけ鴨そば」のほか、冬期は名取特産の仙台セリを使用した「つけ鴨セリそば」や村田産原木しいたけを使用した「きのこそば」など、季節の素材を使ったメニューも充実。

「明るく真面目に、正直に。口に入るものなので、良いものを使って当たり前前の仕事をする心を心がけています。自分の会社で作っているものなので、自信を持ってお出ししています」と三橋さん。

自慢はそばだけではありません。米は自家産。野菜も自家産または地元産を

使用しています。おすすめの「慶御膳」（1200円）は二八そばに海老と野菜の天ぷら、変わりご飯、サラダ、小鉢、フルーツが付く豪華な内容。山菜、きのこ、五目おこわなど宮城県奨励のもち米「こもちまる」を炊いたおこわも好評。夏には自家産メロン「クールボジャ」が付くというのも産地ならではのサービスです。

夜は30名までの宴会も受け付けており、おまかせ料理3000円から。送迎バスもあり、女子会・法要会食・ランチミーティング・歓送迎会・飲み放題プランなど相談に応じます。また、敷地内にある直売所では、自家産の米や野菜、近隣の農家が持ち寄った採れたて野菜を販売しています。こちらは早い時間に売り切れることが多く、先に買い物を済ませてから店に入る人が多いとか。

「地域の農産物を活かしたいという思いから、この農家食堂を開きました。農家として良いものを作り、地元の方に愛される、何回も来たくするような店にしていきたいです。今後は夏まつりなどのイベントを企画して、地域の皆さんが集まれる交流の場になりたいと考えています」と語る今野さん。

自家栽培・自家製粉の石臼挽き手打ちそばで話題の『神明そば 慶』は、名取の恵みと農家のぬくもりにも合える一軒です。



自家栽培・自家製粉
自家製麺・手打ち十割

農家食堂
神明そば 慶

名取市田高字神明10
電話 / 022-797-0408
営業時間 / 11:00~14:00
17:00~20:00
定休日 / 水曜日
駐車場 / 50台



県道沿いで目を引く入母屋造りの堂々とした佇まい。そば打ち体験教室(2,800円)も開催。

※価格はすべて税込です。



いとうよこ
料理 / 伊藤豊子
フードコーディネーター
株式会社COM消費生活創研
食部門チーフ主任料理講師

F U R U S A T O

クローズアップ × 旬のふるさと特産品

R e c i p e

トマトたっぷり 肉うどん



新しい芽が出て虫たちが動き始めるように人の身体も目覚め、活発に動き始めます。解毒作用や新陳代謝を高める食材を取り入れて身体の内側からスッキリしましょう！

春に食べよう！ ふるさと自慢の味。

調理時間 20分 エネルギー 467kcal

麺のスープはトマトのダシが効いて、さっぱりしているのにこくがあります。油揚げや豚肉を加え、食べ応えも満点です。

<材料4人分>

大玉トマト	4個	市販の麺つゆ	5カップ
中玉トマト	8個	(表示通りに希釈しておく)	
半生うどん(玉うどんや乾燥うどんでも良い)	4玉	小ねぎ	4本
小揚げ	2枚	白のすりごま	大さじ2
豚こま肉	200g	一味唐辛子	適宜
[A] 砂糖・醤油・酒・水	各大さじ1		

<作り方>

- ① トマトはおしりの部分に十字に切り込みを入れる。鍋に湯を沸かし、トマトを入れさつと湯がく。皮をむき、ヘタの周りを包丁でくりぬく。大玉トマトは6等分のくし切りに、中玉トマトは2等分にする。小揚げは2cm幅に切る。
◆ トマトは長時間ゆでると崩れるので沸騰したお湯でさつと湯がきましょう。
- ② 小さめの鍋に[A]と豚肉を加え、煮汁がなくなるまで煮て火を通す。うどんは表示時間通りに茹で、温めた丼に入れる。

- ◆ 肉は初めに下味をつけておくと、アクも無く、食べやすくなります。
- ③ 鍋に麺つゆを入れて火にかけ、沸騰したら小揚げとくし形に切ったトマトを加え2〜3分煮る。さらに2等分したトマトを加えて一煮立ちさせる。②の丼に盛り、味付けをした肉をのせて、小口切りにした小ねぎとすりごまをのせる。好みで一味唐辛子をかける。
◆ トマトは2種類の火の通し方にし、旨味と食感を味わいましょう。

リコピンで老化予防や免疫力アップ

トマトの主な産地 JA名取岩沼・JA栗っこ
JAいしのまき・JA仙台

トマトは大別すると皮が薄く生食向きのピンク系、皮が赤く調理・加工向きの赤系があり、日本はピンク系が主流。トマトのうま味成分は昆布と同じグルタミン酸で、加熱するとうま味が増します。赤い色素成分のリコピンは抗酸化作用があり、生活習慣病予防や美肌に効果的です。

- ◎ 栄養価 / カロテン、ビタミンCをはじめ、カリウム、カルシウム、水溶性食物繊維であるペクチンなどを含む。
- ◎ 選び方 / ヘタが新鮮で皮にハリがあり、重みがあり裂果のないもの。お尻の中心から放射状に筋が出ているものを選ぶ。



なめことえびのどろみ煮



- ◎栄養価／パントテン酸、ナイアシンなど代謝を補助するビタミン群、カリウム、食物繊維、葉酸などを含む。
- ◎選び方／かさが開いていない肉厚なものを選ぶ。パック入りのものは袋が膨張していないものが良い。



<材料 4人分>

- なめこ 3袋(300g)
- えび Mサイズ(殻付き/無頭) 12尾
- 下味(酒) 大さじ1
- しいたけ 4枚
- みつ葉 1/2袋
- 卵 2個
- ごま油 大さじ1/2
- 片栗粉の水溶き(片栗粉小さじ2を倍量の水で溶く)

- [A] 塩・こしょう 各少々
- 片栗粉 小さじ1/2
- ごま油 小さじ1/4
- [B] チキンスープ 1/2カップ
- (顆粒中華スープの素小さじ1を湯カップ1/2で溶く。)
- しょうゆ 大さじ1/2
- 砂糖 小さじ1/2
- 塩・こしょう 各少々

<作り方>

- ①なめこはザルに入れて、さっと洗っておく。えびは殻をむいて背ワタがあれば除き、塩2つまみ・片栗粉大さじ1(分量外)をまぶしてもむ。水で洗って汚れを落とし、水けを拭いてボウルに入れ、下味の酒を振りかけておく。【A】を順に加え、そのつどよく混ぜる。

◆なめこはさっと洗ってから使いましょう。洗いすぎると旨味や栄養も流れてしまいます。

- ②卵は1個を卵黄と卵白に分け、卵白大さじ1をえびにからめる。卵黄と卵白の残りは、もう1個の卵と合わせて溶いておく。しいたけはスライスする。みつ葉は3cmに切る。フライパンにごま油を中火で熱し、えびを広げて入れて火を通す。

◆えびは火を通しすぎると堅くなってしまいますので注意しましょう。

- ③②のフライパンに【B】を加え、煮立ったら弱火にし、なめこ・しいたけを加えて2〜3分煮る。再び中火にして片栗粉の水溶きを加え、すぐに混ぜながら煮立ててとろみをつける。②の溶き卵を回し入れて大きく混ぜ、ふんわりしたらみつ葉を散らして火を止め、フタをして1〜2分蒸らして器に盛る。

◆溶き卵は半熟状態で火を止め、蓋をして蒸らすのがポイントです。



調理時間 20分 エネルギー 130kcal

トロリとした汁がたっぷりの中華風うま煮です。とろみを強くし、丼仕立てにしても美味しいいただけます。

つるんとしたぬめりが胃腸の粘膜を守る なめこ JA栗っこ

1年中流通しているなめこはおかくずなどを使って菌床栽培されているものです。ぬめりは水溶性食物繊維のムチンという成分で、たんぱく質の分解・吸収を助け、胃腸の粘膜を保護する働きがあります。洗う場合はさっと軽く。調理の際は加熱しすぎないようにしましょう。

つぼみ菜の 簡単グラタン



- ◎栄養価／カロテン、カリウム、ビタミンC・B1・B2が豊富。葉酸、カルシウム、鉄分などを含む。
- ◎選び方／つぼみが開いていないもの、葉はハリがあってやわらかく、茎の切り口がみずみずしいものを選ぶ。



<材料 4人分>

- つぼみ菜 2袋(400g)
- ベーコン(薄切り) 4枚
- にんにく 1片
- 溶けるタイプのチーズ 80g
- オリーブ油 小さじ2
- 塩・黒こしょう 各少々

- 卵 3個
- 生クリーム(動物性のもの) 200cc
- パルメザンチーズ 大さじ3
- 塩・黒こしょう 各少々

<作り方>

- ①つぼみ菜は洗って、つぼみ部分と茎部分に分けて3〜4cmに切る。ベーコンは2cm幅に切る。卵は解きほぐし、残りの(ソース)の材料を加えて混ぜ合わせる。

◆卵・生クリーム・粉チーズで簡単にココのあるソースが作れます。

- ②フライパンでオリーブ油を熱し、つぶしたにんにくを加え、香りが出たらベーコンを加えて炒める。つぼみ菜を加えてさっと炒め、塩・こしょうをする。にんにくは取り除いておく。

◆つぼみ菜は下茹でせず油で炒めて加熱しましょう。

- ③グラタン皿にバター(分量外)を塗り、②を敷いて溶けるタイプのチーズを散らす。①のソースを流し入れ、200℃のオーブンで焦げ目がつくまで10分程焼く。

◆チーズは表面にのせずにソースの下に散らすとふっくら仕上がります。



調理時間 25分 エネルギー 462kcal

つぼみ菜は油との相性も良く、クセもないので手軽に使える野菜です。短時間で簡単に作れるチーズソースとの相性もバッチリです。

クセがなくやわらかな春の味 三陸つぼみ菜 JAみやぎ登米

花が開く前のつぼみと葉茎を食べるなばな類の野菜で、「三陸つぼみ菜」はつぼみ菜の代表的な品種です。葉茎は肉厚で繊維が口の中に残らないため食べやすく、クセがなく甘味があります。おひたしや和え物、味噌汁などの和食をはじめ、洋食、中華料理にも合います。



元気のもとを買いにいきましたよ!

金成農産加工施設利用組合「あぐりっこ金成」

加工所と直売所の しあわせな出会い

国道4号をもう少し北に行けば若手県関市という県境の程近く。

若葉が野山を淡く染める風景の中に「あぐりっこ金成」があります。

店内に入ると、朝採り野菜や地場産品が並ぶ売場の両脇に、ガラス窓で仕切られた、厨房らしきスペースが。

実はここ、農産品の加工所と直売所、



2つの顔を併せ持つユニークな施設で、平成13年3月のオープン以来、店内で手作りされる「餅菓子」と「ジェラート」は、味のわかるファンを増やし続けているのです。

作りたて餅文化が満開 ジェラートは爽快美味

毎朝開店前に手作りされる「餅菓子」は、春にふさわしい道明寺、うぐいす餅、いちご大福などの他、餅料理の豊富なバリエーションは、さすが、華麗な餅文化を誇る県北・栗原ならではの。

また、地元酪農家の牛乳と地元産の果物や野菜を使って店内で製造されるジェラートは、約20種の中から季節に合わせた14種が店頭に並びます。春には地元産のいちごを贅沢に使った「ストロベリーミルク」や、地元産ひとめぼれを使った「こめ」のジェラートがオススメ。クリーミーでいてしっかりと素材が味わ

旬のオススメ!



餅菓子・餅料理各種

定番のあんこやずんだの他、しょうが、なっとう、えびなど、どれもお手頃なのが魅力。いろいろ買ってシェアしたい。人気のため午前中で売切れる場合も。

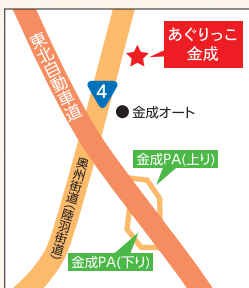
これがイチオシ!



ジェラート シングル 324円(税込)
ダブル 399円(税込)

人気のテイストは果物系。国道を走るトラックドライバーにもリピーターが多い。小さなお子様も食べやすいキューツサイズ・270円(税込)もありますよ。

えて、しかも後味はさっぱりなのが老若男女に大人気です。
4月下旬には17周年記念イベントも開催。さあ家族で出かけよう!!



金成農産加工施設利用組合
組合長・千田 浩平さん

「4月下旬の17周年記念イベントでは、アマチュアバンドのステージや記念セールなどお楽しみがいっぱいですよ。」

金成農産加工施設利用組合「あぐりっこ金成」

営業時間 / 9:00~18:00(10~3月は 17:30まで) T E L / 0228-44-2500
定休日 / 年末年始 住所 / 〒989-4803
栗原市金成藤渡戸字原田15-1

「あぐりっこ金成」のアイドルにこの春、子ヤギ誕生のおめでたいニュースが届きそうな予感!!

産直マーケット
トピックス

気仙沼農産物直売所「菜果好」に
なかよし
「宮城県JA加工品コーナー」開設



「気仙沼市にあるJA南三陸直売所『産直 菜果好』に、県内のJAが開発したオリジナル加工品を扱う「宮城県JA加工品コーナー」が登場しました。「県産県消」をテーマに、地域の特産品を使用した菓子や調味料、麺類などが並びます。現在取り扱っているのは、JA仙台の大豆加工品「仙大豆シリース」(ソイチョヨ、ソイパスタ、ソイコロ、ソイチップなど)、「JAあさひなの「ブルーベリーかりんとう」「しいたけたっぷりカレー」、JA古川の「ササニシキ米粉入り



新鮮な野菜や果物、花き類など様々な農産物がそろそろほか、手づくり惣菜や加工品が人気

うどん 想里(ふるさと)」、「JA加美よつばの「とまとケチャップ」「トマトと玉ねぎのソース」「パッパオニオンカレー」、JAいわでやまの「凍り豆腐」「ライスパンチョコレート」、JAみどりののピクルス「いろどりレリッシュ」。家庭で楽しむのはもちろんのこと、手土産にもおすすめの逸品ぞろいです。今後は他のJA直売所にも順次、「宮城県JA加工品コーナー」が開設される予定です。どうぞお楽しみに。

気仙沼農産物直売所「菜果好(なかよし)」

営業時間 / 9:00~17:00 TEL / 0226-22-6710
定休日 / 1月1日~4日 住所 / 〒988-0042 気仙沼市本郷1-4

当社のSD工法は地震に強い!!

4つのこだわり性能

健康 省エネ 耐震 耐久

地震に「強く」家中が「爽やか」な家

日本の木造伝統建築を継承し、最先端の建築技術の融合。歴史をそのまま引き継ぐのではなく、現代の住まい方を考慮し、それに合った技術や工法・意匠へと進化させています。まさに「温故知新」の精神で、その時代における最良の家づくりを追求しているのです。

高遮熱

真夏でもクーラーいらず
遮熱シートで赤外線を

96%カット



高断熱

極寒にも強い壁の
断熱材は

40mm以上



壁が強い

耐震パネル工法で
「地震に強い」壁倍率

3.3倍



大空間

一般住宅と比べて
夢ハウスの空間体積は

1.5倍



天井を屋根なりにすることで大空間を実現

高耐久

オリジナル乾燥無垢材
特許技術で含水率

15%以下

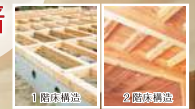


超高温木材乾燥機

床が強い

耐震は壁だけではない
床構造は一般在来の

3.7倍



① 陸床構造 ② 梁床構造

土台が強い

家の全てを支える
土台は「最上級のヒバ材」

樹齢1000年

新築・リフォーム・古民家再生はおまかせください!

あなたの力待ってます 大工募集中! 経験者優遇



守久建設株式会社
〒989-2207 亘理郡山元町八手庭字石田73-2
<http://morikyu-kensetsu.co.jp>

☎ 0223-37-1217
☎ 090-3123-3444

最新の見学情報など
こちらからチェック!

守久建設



こうや豆腐の角煮

こうや豆腐が食べ応えのある料理に大変身

南三陸町在住 菅原きくかさん



※写真は豚ロース肉を使用していますが、豚バラ薄切り肉がおおすすめです。

南三陸町入谷地区の農家・菅原きくかさんは、水稲を生産するほか、野菜や餅、がんづきなどの加工品を町内の直売所に出荷しています。入谷地区は藩政時代より養蚕業が盛んに行われていた地域。築200年を超す天井の高い木造建築がかつて養蚕農家だったことを物語ります。

四世代9人家族で暮らしているとあって、毎日の献立は「肉と魚の両方作る人が多い」と話す菅原さん。家族が食べすぎないようにと考案したのが、この「こうや豆腐の角煮」。見た目は豚の角煮ながら、中はこうや豆腐というヘルシーな一品です。調理のポイントはこうや豆腐を熱湯で戻すこと。パサパサしがちなこうや豆腐がしっかりととした歯ごたえに仕上がりに、豚バラ肉の脂の旨みとタレが染み込んで食べ応えも十分です。良質な植物性



口当たりはしっとり、ジューシー!

たんぱく質を豊富に含むこうや豆腐は、コレステロール値を低減するレジストタンパクなど機能性成分も豊富な健康食材です。ぜひお試しください。

Recipe

【材料 4人分】

- ひとくちこうや豆腐..... 10個
- 豚バラ薄切り肉..... 120g
- 片栗粉..... 適量
- しょうが..... 適量
- にんにく..... 適量

【作り方】

- (1) こうや豆腐を熱湯で戻す。
- (2) 豚バラ肉を半分に切る。
- (3) にんにく、しょうがをすりおろし、Aを混ぜタレを作る。器にレタスを敷いておく。
- (4) (1)が手で触れられる熱さになったら、絞って水気を切る。
- (5) Aを大さじ3ぐらい取り、こうや豆腐にもみながら染みこませたら豚バラ肉を巻く。
- (6) 片栗粉を全面につける。フライパンにごま油を熱し、肉のとじ目を下にして中火で焼く。焼き色がついたらAの残りを全て加え、絡めながら煮つめる。
- (7) 付け合わせのパプリカを加えて火が通ったら器に盛りつける。

- (A)
- 醤油..... 大さじ2
 - 酒..... 大さじ1
 - みりん..... 大さじ2
 - 砂糖..... 大さじ1
 - 水..... 100cc

- パプリカ..... 適量
- レタス..... 適量
- ごま油..... 適宜

ここがコツ!

こうや豆腐を熱湯で戻すとしっかりと歯ごたえに



仙南クラフトビール-商品ラインナップ-

リニューアル!



ピルスナー
540円(税込)

ゴールドの色合いを特徴として持ち、ボディはミディアムでホップの苦味はさほど感じられない。味わいは麦芽の甘味をほのかに感じられ心地よい爽快感を感じられるビール。



ヴァイツェン
540円(税込)

国際的なビアカップ2015金賞受賞。白濁した色合いで、原料に小麦麦芽を使用しているのが特徴。ボディはライトでホップの苦味はほぼ感じられない。味わいはクローブやバナナを思わせるフルーティな味わいのビール。



スタウト
540円(税込)

国際的なビアカップ2014銅賞受賞。色合いは黒色で、ボディはミディアムボディで、ホップの苦味はほぼ感じられない。味わいは軽いカaramel感とローストした麦芽がもたらす乾いた焦げ臭とコーヒータンが特徴的な味わいです。



ペールエール
540円(税込)

イギリス発祥のビールで、ホップとモルトの豊かな香り特徴。最近ではアメリカに渡ってホップの華やかな香りがするアメリカンペールエールが誕生し、世界的に人気となっているが弊社もアメリカンスタイルをモデルにした醸造をしています。



ササニシキIPA
540円(税込)

宮城県産米(ササニシキ)を副原料に使用したIPA。厳選したアロマホップをふんだんに使用していることで、飲み始めはホップの柑橘香と苦味が感じられます。後味の余韻にササニシキの甘味を感じられるビールです。



侍ビール
1,600円(税込)



レストラン 営業時間(※定休日/水曜日)
ランチタイム/11:00~14:30(ラストオーダー14:00)
ナイトタイム/17:00~21:00(ラストオーダー20:30)
ナイトタイムは完全予約制
ショップ/11:00~14:30

お問い合わせ先
TEL 0224-61-1150
仙南シンケンファクトリー
〒981-1505 角田市角田字流197-4

「あ〜い!」

農産物直売所グループのレシートラリー

第15回

丸森お買い物 レシートラリー

平成30年

4月21日(土)~
5月27日(日)

直売所等でレシートを
5枚以上集めて応募しよう!

豪華賞品
88本

参加直売所等

- | | | | |
|-------------------------------|----|-----------------|----|
| 1 いなか道の駅 やしまや | 隣接 | 6 小斎 蔵の市 | 隣接 |
| 2 あがらいん伊達屋 | 隣接 | 7 蔵っこ(食事処) | 隣接 |
| 3 大張物産センター なんでもや | | 8 不動直売センター | |
| 4 丸森物産いちば 八雄館 | | 9 いきいき交流センター 大内 | 併設 |
| 5 JAみやざ仙南丸森地区女性部
ふれあい農園直売所 | | 10 農村レストラン 味の里 | 併設 |

詳しくは各直売所等に用意していますチラシをご覧ください
お問い合わせ先: 丸森町農業創造センター
TEL 0224-72-3028

主催/丸森町自然と農業を守る連絡会議 共催/丸森町農業創造センター 後援/丸森町



働く人をささえる安心、
ここに 있습니다。



— 身体の障害による収入の減少や支出の増加に幅広く備える —

- ポイント1** 身体の障害状態を幅広く保障します。原因が病気かケガかを問いません。
- ポイント2** 公的な制度に連動したわかりやすい保障です。
 - 身体障害者福祉法に基づく身体障害者手帳制度と連動したわかりやすい保障です。
 - 身体障害者福祉法の身体障害状態に該当し、1~4級の身体障害者手帳の交付を受けた場合を保障します。
- ポイント3** ニーズに合わせてプランを選べます。
 - 収入の減少への備えに適した「継続的にささえるプラン(定期年金型)」、支出の増加への備えに適した「まとまったお金でささえるプラン(一時金型)」を選択できます。両プランへの加入も可能です。

身体の障害の程度と認定の可能性のある障害等級のイメージ

<p>糖尿病(網膜症)による著しい視力低下・失明</p> <p>1~4級</p>	<p>心臓の機能の障害による日常生活の著しい制限</p> <p>1~4級</p>	<p>喉頭がんにより喉頭を摘出し、音声機能または言語機能を喪失</p> <p>3級</p>
--	--	---

●参考情報としてご覧ください。●詳しくは、厚生労働省ホームページ等にて、「身体障害者障害程度等級表(身体障害者福祉法施行規則別表第5号)」をご参照ください。
●認定される障害等級は障害の程度によって異なります。●平成30年1月末現在の法令等に基づきます。

ご契約例(30歳加入)	主契約	共済金額	被共済者が生存している限り	●第1回生活障害年金が支払われた場合、後の共済掛金の払込みは不要です。 ●身体障害状態を毎年申告いただく必要はありません。 ●第1回生活障害年金の支払いがなく、共済期間の満了まで被共済者が生存されている場合、無事故給付金(共済金額の30%(36万円))をお受けいただけます。	ご注意ください
定期年金型 ^{※1}	共済金額 120万円 65歳共済期間満了	120万円 × 毎年			<ul style="list-style-type: none"> ●この共済は、死亡時における保障はありません。 ●共済金等のお支払いは、その原因となる傷病等が責任開始時以後に生じた場合に限りです。
一時金型 ^{※2}	共済金額 300万円 65歳共済期間満了	300万円			

※1 生活障害年金のお受取り要件:【第1回生活障害年金】被共済者が身体障害者福祉法に定める1~4級の障害に該当し、その障害に対して、同法に基づき1~4級の身体障害者手帳が交付されたこと。【第2回以後の生活障害年金】第1回生活障害年金が支払われ、被共済者が、次のいずれかの長い期間において到来する第2回以後の生活障害年金支払日ごとに生存していること。①第1回生活障害年金支払日以後5年間②第1回生活障害年金支払日以後共済期間の満了日までの期間。※2 生活障害共済金のお受取り要件:被共済者が身体障害者福祉法に定める1~4級の障害に該当し、その障害に対して、同法に基づき1~4級の身体障害者手帳が交付されたこと。なお、生活障害共済金をお支払いした場合にはご契約は消滅します。※3 共済期間の満了日までまたは第1回生活障害年金支払日以後5年間のいずれか長い期間お受取りいただけます。

●ご加入にあたりましては、お近くのJA(農協)へお問い合わせください。●この広告は概要を説明したものです。ご契約の際には「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

はじめて共済 <http://shiryo.ja-kyosai.or.jp>
■JA共済ホームページアドレス <http://www.ja-kyosai.or.jp>

本サイトから「ひと・いえ・くるま」の各共済の資料請求・掛金試算ができます。

JA共済相談受付センター(JA共済連 全国本部)
電話番号: ☎ **0120-536-093** ※日曜日、祝日および12月29日~1月3日を除きます。
受付時間: 9:00~18:00(月~金曜日) ※メンテナンス等により予告なく変更する場合があります。
9:00~17:00(土曜日) ※電話番号は、あかけ間違いのないようご注意ください。

- | | | |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| JA 仙 台 022(236)2425 | JA みやぎ亘理 0223(34)0377 | JA 岩 沼 市 0223(22)1257 |
| JA 名 取 岩 沼 022(384)5113 | JA あ さ ひ な 022(345)1274 | JA みやぎ仙南 0224(55)1288 |
| JA いしのまき 0225(22)1116 | JA 加美よつば 0229(66)1178 | JA 古 川 0229(23)6517 |
| JA いわでやま 0229(72)0015 | JA みどりの 0229(87)3342 | JA 栗 っ こ 0228(23)2117 |
| JA みやぎ登米 0220(22)8113 | JA 南 三 陸 0226(47)4584 | |

■JA共済連宮城 ☎ 0120-14-9031 [平日] 9:00~17:00 暮らしの保障、相談するなら **JA共済**
1804999001

読者プレゼント

応募締切日 **平成30年6月4日(月)まで(当日消印有効)**
 当選の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

IGUNEへのご意見・ご感想など、読者の皆さまのお声を頂戴し、抽選で下記の賞品をプレゼントさせていただきます。(賞品はイメージです。)

1 みやぎの主力品種「ひとめぼれ」
 (5kg・1袋)

「ひとめぼれ」の生れは宮城県。粘り、つや、うまみ、香りのトータルバランスが良いことから、料理の幅を広げてくれるお米です。



提供
(株)パールライス宮城 様 **5名様**
TEL 022-345-2877 黒川郡大和町まいの
 URL <http://www.pearl-rice.co.jp>

2 エコーブマーク品ギフトドレッシング5本詰め合わせ



素材にこだわったおいしいドレッシングです。野菜はもちろん、パスタ・肉・魚介類などいろいろな食材をみ〜んなおいしく食べちゃいましょう。

提供
(株)エコーブ宮城 様 **3名様**
 ※表紙裏面の次に広告が掲載されています。
TEL 022-345-1521 黒川郡大和町吉岡

3 松島とまと
 (6個・1箱)

※入数は目安でトマトの大きさによって変わる場合があります。



「松島とまと」はうま味が強くすっきりしているので毎日食べても飽きない味です。

提供
有限会社 サンフレッシュ松島 様 **5名様**
 ※1〜3ページに記事が掲載されています。
TEL 022-354-6155 宮城県松島町磯崎
 URL <http://www.sunfresh-matsushima.co.jp>

4 お食事券1,000円分



名取産「常陸秋そば」を自家栽培・自家製粉の石臼挽き手打ちそばで、その日に挽いたそば粉のみを使い打ちたてをお出ししております。ぜひご賞味ください。

提供
農家食堂 神明そば 慶 様 **5名様**
 ※4・5ページに記事が掲載されています。
TEL 022-797-0408 名取市田高
 URL <http://www.shinmeisobakei.com>

5 地ビール&ウイナーセット



ハーブの香り豊かなあらびきウイナーと、香りづけに桜のチップでスモークしたあらびきウイナーと、2種類の地ビールのセットです。グラスも付いています。
 (地ビール330ml×2、地ビールグラス、工場直送ウイナー4本パック×2)

※20歳未満の方は応募いただけません。

提供
JAみやぎ仙南 仙南シンケンファクトリー 様 **5名様**
 ※11ページに広告が掲載されています。
TEL 0224-61-1150 角田市角田字流
 URL <http://www.ja-miyagisennan.jp/top/1417.html>

6 いきいきえごまドレッシング4本セット
 (梅ゆず、ヤーコン、愛国米酒かす、えごま・中華風)



2012年4月に登場した丸森町の新しい特産品です。特産品である「えごま」と「丸森産の食材」を使い4種類の味に仕上げました。第3回丸森町特産品大賞にて加工部門賞を受賞した逸品です。

提供
丸森町農業創造センター 様 **5名様**
 ※11ページに広告が掲載されています。
TEL 0224-72-3028 丸森町役場 農林課内
 【お問い合わせ先】
いきいき交流センター大内 ※地方発送も承っております。
TEL 0224-79-3151 URL <http://ikiikiouchi@nifty.com>

応募方法

とじ込みの応募はがきに、下記を明記のうえご応募ください。

1. ご希望の賞品番号と賞品名 2. アンケート 3. 氏名(フリガナ) 4. 郵便番号・住所 5. 電話番号 6. 性別 7. 年齢 8. 職業

〒983-0035 仙台市宮城野区日の出町三丁目7-20

JAプリント 「IGUNE」読者プレゼント係

※皆様からお預かりした個人情報については、プレゼントの抽選や賞品の発送、今後の誌面づくりの参考などに利用させていただきます、それ以外の目的で使用することはございません。

※応募はお一人様1回限りとさせていただきます。

食と農の情報誌

IGUNE イグネ <http://igune.jp/>

2018年4月 vol.31 春号

→次号のIGUNEは7月発行予定

次号も食と農をテーマにした特集、情報をお届けします。

IGUNEは生産者と消費者を結ぶ、地産地消コミュニケーション・マガジンです。宮城に伝わる屋敷林「家久根(いぐね)」のように、農業を守り、豊かな生活と健康を育むいろいろな「これ、いぐね?(いいじゃない。)」をご紹介します。

お問い合わせ先

JAプリント IGUNE編集委員会(☎284-3071)までお問い合わせください。
 本誌掲載の記事、写真、イラストの無断転載を禁じます。

協力

JAグループ宮城「県産県消」推進協議会
 全国農業協同組合連合会宮城県本部

印刷・発行所

株式会社 農協印刷センター(JAプリント)
 〒983-0035
 仙台市宮城野区日の出町三丁目7-20
 TEL 022-284-3071
 FAX 022-284-8088
 E-mail ja-print@japsendai.co.jp

発行人 猪股泰彦

本誌では収まり切れなかった情報が満載!!

<http://igune.jp/>

今日はあそこに
 行ってみよう!

IGUNEのバックナンバー・設置場所についても、ホームページをご覧ください。



この印刷物は、輸送マイルージ低減によるCO₂削減や地産地消に着目し、国産米ぬか油を使用した環境配慮型「ライスインキ」で印刷しています。





もつと食べよう
美味しいみやぎの
贈り物



JAグループ宮城

JA仙台 JA岩沼市 JA名取岩沼 JAみやぎ巨理 JAあさひな
JAみやぎ仙南 JA古川 JA加美よつば JAいわでやま
JAみどりの JA栗っこ JAみやぎ登米 JA南三陸 JAいしのみき
JA宮城中央会 農林中金仙台支店 JA全農みやぎ JA共済連宮城

