IGUNE イグネ

地産地消
食と農の情報誌

vol.36
2019 夏

特　集
親子三代で
繁殖・肥育一貫経営
「仙台牛」の
生産者を訪ねて

「旨いもの」づくりに Zoom in
パリッとみずみずしい
とめきゅうり

クローズアップ
夏に食べよう！ふるさと自慢の味
仙台黒毛和牛／
かぼちゃ／春菊

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！
道の駅かくだ

わが家の味
家庭の数だけ味がある
宮城の郷土料理 しそ巻

読者プレゼント
「仙台牛」など
選りすぐりの賞品

0円
無料

第11回
全国和牛能力共進会
宮城大会
種牛の部（第2区）
日本一
獲得

仙台牛PRキャラクター
うしまさむね
牛政宗くん

史上初の2連覇!!
全国肉用牛枝肉共励会
名誉賞

全国大会での輝かしい成績

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。
銘柄牛は全国にありますが、
仙台牛は、仙台食肉市場をはじめ東京食肉市場など、
全国の市場においても人気の高い牛肉であり、
「品質」「風味」とも高い評価を受けています。

仙台牛 検索

URL http://www.sendaigyu.jp/

仙台牛銘柄推進協議会・JA全農みやぎ

宮城野豚 みのり

地産地消

お米を食べて育った豚肉です。

宮城を代表する銘柄豚の宮城野豚（ミヤギノポーク）。
その中で仕上げ期の約2ヵ月間、お米（飼料米）を与えて
育てたのが「宮城野豚みのり」です。
見た目に脂身の部分が白く鮮やかで、肉に旨み成分の脂肪
酸であるオレイン酸が増加、肉質もやわらかくなって甘み
が増し、ヘルシーでおいしい豚肉です。

宮城野豚は全国農業協同組合連合会の登録商標です。

宮城野豚銘柄推進協議会

親子三代で繁殖・肥育一貫経営「仙台牛」の生産者を訪ねて

【JA古川管内】大崎市三本木　小島 和彦さん

赤身とサシのバランス、柔らかな歯応え、濃厚な旨み。宮城を代表するブランド牛「仙台牛」と名乗れるのは牛枝肉取引規格のA5、B5に格付けされた牛肉のみ。消費者に最高級の牛肉を届けるために、親子三代で繁殖・肥育一貫経営を行う生産者を訪ねました。

写真右より小島和彦さん（53歳）、栄さん（80歳）、直樹さん（28歳）

「仙台牛」が最高級と称される理由

宮城が誇るブランド牛「仙台牛」は、仙台牛生産登録農家によって県内で肥育された黒毛和種で、公益社団法人日本食肉格付協会が定める枝肉取引規格で「A5」または「B5」に格付けされたものだけに与えられる称号です。

格付けは「歩留等級」「肉質等級」を組み合せてA5～C1までの全15段階で評価されます。歩留等級は枝肉から骨や余分な脂肪などを取り除いた時の肉の割合を、A、B、Cの3段階で判定。肉質等級は、霜降り度合いを判定する「脂肪交雑」、「肉の色沢」、「肉の締まり及びきめ」、「脂肪の色沢と質」の4項目を評価。5、4、3、2、1の5段階で判定し、4項目で最も低く判定された等級が付きます。肉質等級を5に限定する仙台牛はまさに最高品質の牛肉といえます。仙台牛になれなかった肉はどうなるのかというと、C5、A4、B4、A3、B3に格付けされたものは、「仙台黒毛和牛」として出荷されます。

出荷を控えた肥育牛。美しい霜降りは仕上げ期につくられる。

繁殖から肥育まで一貫経営へ移行

青々と輝く水田が広がる6月、大崎市三本木の小髙和彦さんを訪ねました。和彦さんは、父・栄さん、息子・直輝さんの親子三代で繁殖・肥育一貫経営に取り組む専業農家。現在、繁殖牛20頭、肥育牛108頭を飼育しています。

肉牛の生産は、母牛（繁殖雌牛）に種付けをして産まれた子牛を10か月齢頃まで育て、子牛市場へ出荷する「繁殖経営」、購入した子牛を30～32か月齢頃まで育て、枝肉市場へ出荷する「肥育経営」、そして繁殖から肥育まで一貫して行う「繁殖・肥育一貫経営」に分かれます。

父・栄さんが兼業農家として肥育経営を始めたのは今から35年ほど前のこと。その後、子牛価格の高騰を受けて30年前に繁殖・肥育一貫経営へ移行。10年前、和彦さんが専業化したことをきっかけに生産規模を拡大しました。5年前には息子・直輝さんが就農し、3人体制で一貫生産に取り組んでいます。

3人はそれぞれ担当牛舎を持ち、管理を行っています。飼料はどれくらい食

種付けは九州の種雄牛や県の基幹種雄牛「茂洋美（しげひろみ）」「洋糸波（ひろいとなみ）」などを選ぶ。

農業の世界では和彦さんも担い手世代。「一貫経営のメリットは、種付けする経費はかかるが、子牛を買うよりは経費を低減できること。しかし、経営を考えるともう少し繁殖牛を増やしていきたい」と先を見据える。

父の栄さん

息子の直輝さん

山林に囲まれたストレスのない環境で静かに過ごす繁殖牛。

べているか、元気はあるか、風邪は引いてないか、下痢はしていないか。1頭1頭の性格や健康状態を把握して、些細な変化に目を配っています。

「繁殖牛はよく運動させることが大切。うちはパドックに放牧しているのでお産が軽いと思います」と話すのは繁殖牛を担当する栄さん。パドックに目をやると繁殖牛がのんびりと休んでいます。

「子牛の体が大きすぎて難産になったり、産まれても病気になったり、事故で死んでしまうこともあります。特に繁殖を始めた頃は大変でした」と和彦さん。無事に産まれても、中には育児拒否をする牛や母乳の量が少ない牛もいるため、母牛の状態に応じて子牛を隔離し、人工哺乳で飼育するそうです。

親子三代力を合わせてチャンピオン牛を目指す

全ての牛を生産している訳ではないので肥育をする場合、子牛の買い付けは主に和彦さんが行っています。和彦さんは優秀な成績を収めた肥育農家で構成する「東北牛匠会」の会員でもあり、技術は折り紙付き。

健康で大きな肥育牛に育てるために大切なのは、子牛の時期に丈夫な胃袋をつくること。特に5～6か月齢に良質な稲わらと乾草を何回にも分けて与えることで、出荷直前の30～32か月齢までしっかり飼料を食べる牛に育つそうです。稲わらは地元米農家からたい肥と交換したものを使用。肥沃な大崎耕土で育まれた良質で安全な稲わらが、最高級の仙台牛を生み出すのです。

「毎月4～5頭子牛を買いますが、共進会がある時は日数を逆算して、血統に優れた子牛を1～2頭導入します。目標はいつもチャンピオンです。自分が導入して育てた牛が高く売れればうれしいし、それが利益にもつながります」と和彦さんは語ります。

産まれた子牛は3カ月齢まで母牛と一緒に過ごす。

直輝さんはJA古川、JAみどりの、JAあさひなの若手肥育農家で組織する担い手の会メンバーとして、勉強会や販促活動などに参加しています。毎年7月と11月には、首都圏に展開するスーパーマーケットチェーン「いなげや」で消費者に仙台牛をPRしています。「安全安心な仙台牛をおいしく食べてもらいたい。後継者が少なくなっているので県内の担い手たちと協力し合い、より良い仙台牛を育てていきたいです」と抱負を語る直輝さん。

和彦さんは「自分で育てた牛がいい成績を残しているので、最後まであきらめないで育ててほしい。出荷前の仕上げ期に飼料を食い込めない牛がいても、食べられるように調整できればもっと良くなるんじゃないかと思います」と期待を込めます。

生産者が惜しみない愛情を注ぎ、たくさんの時間と手間をかけて育まれる仙台牛。栄さんの熟練の技、和彦さんの経営センス、直輝さんの若い力。親子三代で力を合わせ、今日もチャンピオン牛を目指します。

キュウリは一年を通して栽培されていますが、最も多く出回る時期は夏です。県内一の生産量を誇るJAみやぎ登米管内のキュウリ生産者訪ねました。

「旨いもの」づくりに Zoom in

登米市 JAみやぎ登米管内 株式会社久保園芸

パリッとみずみずしい とめきゅうり

「大事なのは見えるところの土づくりと見えないところのハートです」と代表取締役・久保泰宏さん

主な品種は耐病性に優れた「リスペクト」。1本100gを目安にて収穫作業を進める。

県内一の生産地「とめきゅうり」

JAみやぎ登米産キュウリは県内一の生産量を誇り、「とめきゅうり」のブランドで主に東京、仙台市場へ出荷しています。

6月上旬、ハウスを案内してくれたのは株式会社久保園芸の代表取締役・久保泰宏さん。JAみやぎ登米胡瓜部会の部会長を務める久保さんはキュウリ栽培歴43年のキャリアを持ち、長年「とめきゅうり」のブランド向上に取り組んでいます。

久保さんは現在、妻、パートを含む社員14名とともに、キュウリをメインに米、野菜、野菜苗、菌床しいたけ、加工品の生産を行っています。息子夫婦はイチゴ、娘夫婦はトマト生産を手がけており、繁忙期などに協力し合いますが、それぞれ独立採算制で奮闘しているそうです。

カボチャの台木を接ぎ合わせたキュウリの接ぎ木苗。

キュウリの作付面積は25アール。促成栽培、抑制栽培を組み合わせ、3月～11月まで出荷します。キュウリは成長スピードが速く、最盛期には1日2回収穫を行います。収穫後は、市場出荷、直売所、加工品用に選別。キズがあるものや曲がったものなど、C品と呼ばれるものは自社加工所で漬物やキムチに加工するため、ロスがありません。その日中に加工するため鮮度は抜群。「家庭の味」にリピーターが多いそうです。

炭酸ガス発生機導入により、収量10アール当たり20～25トン。最盛期には35トンを目指す。

出荷箱に登米市出身のマンガ家・石ノ森章太郎「サイボーグ009」のイラストが描かれている。

色や形が不揃いなものは加工品に使用するので廃棄はほぼゼロ。

土づくりと作る人の愛情がおいしいキュウリを育む

久保園芸では播種からキュウリづくりが始まります。キュウリは接ぎ木苗を利用した栽培が主流で、台木専用に開発されたカボチャの苗（台木）にキュウリの苗（穂木）を接ぎ木します。そうすることで病害虫や連作障害に強くなるそうです。

土づくりのこだわりは、ベッド（畝）の下に大豆を入れること。12月、近隣の農家からくず大豆を引き取り、ベッドの下に敷きます。その上に米ぬか、もみ殻くん炭を重ねて土を被せます。大豆は2～3か月かけて発酵し、有機肥料となります。1月に定植したキュウリが収穫最盛期に入る4月頃、根が有機肥料から養分を吸収するといいます。

「毎朝太陽が昇るか昇らないかの時間に花や巻きひげ、葉の状態を見て、今日は水を与える、追肥するということを判断します。コンピュータで環境を管理しても判断するのは自分の目です」。

キュウリはとてもデリケートで、整枝作業や温度・湿度の急激な変化など、少しでもストレスを感じると色や形に表れます。店頭に並ぶ真っ直ぐできれいなきゅうりは、生産者のきめ細かな管理の下でのびのびと育った証拠なのです。

「自分がやってきたことを次の世代に伝えるのは難しい。データで伝えることが大切です。毎日の環境変化がグラフで出てくるので、これくらい管理すればこれくらい収穫できるということが分かり、経験が浅い人も作りやすくなります」と担い手育成に向けた取り組みを語る久保さん。

そのための新たな試みがあります。昨年から温度・湿度・炭酸ガス濃度・日射量等をグラフ化する環境測定装置を導入。今年は炭酸ガス発生機を導入しました。5月に好天が続いたことも相まって、収量20％増加という結果が出ているそうです。

「おいしかったと言われるものを作っていきたい。安全安心なものを作るのは、社員一人ひとりの心構えです。愛情を注いで作業することで、安全安心なおいしいキュウリになります。そのために、皆が楽しんで仕事ができる、働きやすい職場にするのが私の仕事です」と笑顔で抱負を語ります。

久保園芸のキュウリや加工品は、道の駅米山など市内直売所をはじめ、仙台市青葉区の登米市物産直売所でも購入できます。

キュウリは水分を多く含み、身体を冷やしてくれます。体内の余分な塩分を排出する働きのあるカリウムを含むので、高血圧予防やむくみ解消に効果的。夏の水分補給におすすめです。

訪れた6月上旬は出荷最盛期。作業の合間に笑顔でパチリ。

「キュウリビズ」で夏を涼しく過ごしましょう

7月～9月は「キュウリビズ」を合言葉に「夏秋きゅうり」主産地の東北6県が連携し、消費拡大と安定出荷に努めています。
夏野菜を一人でも多くの消費者に食べていただこうと、産地は安全で新鮮な野菜を丹精こめて育てています。産地は元気いっぱいです!

料理／伊藤豊子（いとうとよこ）
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

FURUSATO
クローズアップ × 旬のふるさと特産品
Recipe

夏に食べよう！ふるさと自慢の味。

太陽と大地の恵みを受けて育った旬の野菜は栄養価が高く、値段も手頃です。牛肉と野菜をバランスよく取り入れて暑さに負けず元気に過ごしましょう。

牛焼肉のロコモコ風

調理時間 30分　エネルギー 765kcal

＜材料 4人分＞

- 仙台黒毛和牛焼肉用（切り落とし肉でも良い） 400g
- 玉ねぎ …… 1個
- 目玉焼き …… 4個
- ご飯 (150g)×4 …… 4膳分
- 【タレ】
  - みりん …… 大さじ3
  - 砂糖 …… 大さじ1
  - 赤ワイン …… 大さじ3
  - しょうゆ …… 大さじ5
  - にんにくすりおろし …… 小さじ1
- 塩・こしょう …… 各少々
- マヨネーズ …… 適宜

＜作り方＞

①牛肉は格子状に切れ目を入れ、塩・こしょうで下味をつける。玉ねぎは縦半分にして5～7mm厚さに切る。(タレ)の材料は一煮立ちさせておく。

◆ワイン・みりんはアルコールを飛ばす事により、旨みとコクが残ります。

②フライパンでサラダ油を熱し、玉ねぎを中火で炒める。玉ねぎをフライパンの端に寄せ、空いたところで牛肉を焼く。一緒に炒め合わせ、玉ねぎがしんなりしたら一旦火を止める。(タレ)の材料を加えて強火で絡める。

- レタス …… 4枚
- ミニトマト …… 8個
- サラダ油 …… 小さじ1

◆牛肉から出た脂で玉ねぎを炒め、コクを出しましょう。

③器によそったごはんの上に②の具を盛る。千切りのレタスと2等分したトマトを添え、目玉焼きをのせる。野菜にマヨネーズをかける。

◆目玉焼きに白い幕をはらせたくないときは、蓋をせず弱火で6～7分ほど焼きましょう。

調理時間とカロリーはおおよその目安です。

ハンバーグで作るロコモコ丼ですが、手軽に作れる焼肉で作りました。赤ワインでコクを出した甘めのタレに絡めていただきます。

良質なたんぱく質でスタミナアップ
仙台黒毛和牛

枝肉取引規格の格付けは歩留等級（A～C）・肉質等級（5～1）で評価されます。「仙台牛」は最高ランクA5またはB5ランクに格付けされた肉牛だけに与えられる称号です。仙台牛と同じ肥育方法で育ちながら、C5、A4、B4、A3、B3と格付けされた肉牛は「仙台黒毛和牛」と称されます。

◎栄養価／たんぱく質が豊富で必須アミノ酸をバランス良く含む。赤身にヘム鉄、ビタミンB群を含む。

◎選び方／つやがあり、脂肪が白く赤身と脂身がはっきりしているものを選ぶ。ドリップが出ているものは避ける。

かぼちゃのチーズコロッケ

調理時間 30分　カロリー 227kcal(1個分)

かぼちゃ・玉ねぎの下ごしらえはレンジでお手軽に。
コロッケは、衣付けの前にしっかり冷やしましょう。

実は今が旬の夏野菜！
かぼちゃ……JA新みやぎ（旧JA栗っこ）

大きく分けて日本かぼちゃ、西洋かぼちゃ、ペポかぼちゃに分類され、国内で多く流通しているのは、甘味があってほくほくとした西洋かぼちゃです。体内でビタミンAに変わるβ-カロテンをはじめ、ビタミンE、C、カリウム、食物繊維などを多く含みます。カロテンは皮に多く含まれるので皮ごと食べるとよいでしょう。

◎栄養価／抗酸化ビタミンと呼ばれるβ-カロテン、ビタミンE、Cのほか、カリウム、B1、B2、食物繊維などを含む。
◎選び方／緑色が濃く、重くてずっしりしたもの。へたが乾燥すると完熟した証拠。カットの場合は肉厚で種が詰まったものを選ぶ。

＜材料 8個分＞

- かぼちゃ …… 400g(正味)
- 【A】
  - 塩・こしょう …… 各適宜
  - 牛乳 …… 大さじ2〜3（かぼちゃの水分を見て調節する）
- 溶けるチーズ …… 40g
- 玉ねぎ …… 50g
- 【バッター粉】
  - 小麦粉 …… 大さじ4
  - 溶き卵 …… 1個分
  - 水 …… 大さじ2
- 小麦粉 …… 適宜
- パン粉(細目) …… 適宜
- 揚げ油 …… 適宜

ソース：ケチャップ大さじ3と中濃ソース大さじ1を混ぜたもの

＜作り方＞

①かぼちゃはひと口大に切って皮を除く。耐熱容器に濡らしたペーパータオルを敷いてかぼちゃを平らにのせ、ふんわりラップをし電子レンジ600Wで8〜9分程度柔らかくなるまで加熱する。玉ねぎはみじん切りにして耐熱容器に入れ、ラップをかけて電子レンジ600Wで1分加熱する。
◆かぼちゃは完全に柔らかくなるまで加熱し、温かいうちに潰しましょう。
②かぼちゃをボールに移してフォークで潰し、温かいうちに(A)を混ぜ合わせて下味を付ける。加熱した玉ねぎを加え、8等分してボール状に形を丸める。8等分したチーズをかぼちゃの真ん中に入れて形を整える。1時間ほど冷蔵庫に入れて落ち着かせる。
◆形を作って丸める時は茶巾の要領でラップを使うと上手にできます。一度冷蔵庫で冷やすと衣付けがしやすいです。
③小麦粉・バッター粉・パン粉の順に衣をつけ、180°Cの油で2〜3分ほど、転がしながら揚げる。皿に盛りソースを添える。
◆溶き卵に小麦粉と水を加えてバッター粉を作って絡めると、綺麗に衣づけができます。

春菊と茹で豚の香味サラダ

調理時間 15分　カロリー 295kcal

春菊は生でいただくと苦味が少なく食べやすいです。茹でた豚肉でボリュームを出し、ポン酢とオリーブオイルで簡単ドレッシングを作りました。

爽やかな香りがアクセント
春菊……JAみやぎ亘理

鍋物に欠かせない春菊は冬を代表する野菜ですが、栄養価が高く、生でも食べられることから冬以外にもサラダ需要が高まっています。独特の香り成分は自律神経の働きに作用し、胃腸の働きを促進して消化吸収を助けます。サラダ、おひたし、和え物に加えてビタミン・ミネラルを摂りましょう。

◎栄養価／体内でビタミンAに変わるβ-カロテンを豊富に含むほか、鉄、カリウム、カルシウムなどミネラルを含む。
◎選び方／葉先が鮮やかな緑色をして、ハリがあるもの。切り口が新鮮で茎が短く、太すぎないものがよい。

＜材料 4人分＞

- 豚ロース(しゃぶしゃぶ用) …… 300g
- 春菊 …… 200g
- 玉ねぎ …… 1/4個
- 紫玉ねぎ …… 1/4個
- 【A】
  - しょうがのすりおろし …… 小さじ1
  - ポン酢 …… 大さじ4
  - オリーブオイル …… 大さじ2
  - 白ごま …… 適量
- 打ち粉用小麦粉 …… 適量

＜作り方＞

①春菊は葉先の柔らかい部分を摘んで4cm長さに、茎の硬い部分は斜めに1cm幅に、玉ねぎ・紫玉ねぎは薄切りにし、それぞれを冷水に1分ほどつけザルにあげて水気を切っておく。豚肉は薄く小麦粉をまぶしておく。
◆豚肉は薄く小麦粉をまぶしてから湯がくと柔らかく仕上がります。
②鍋に湯を沸かし、沸騰したら酒少々(分量外)を加えて弱火にし、豚肉を茹でる。色が変わったら取り出して粗熱を取る。(A)のドレッシングの材料は混ぜ合わせておく。
◆グラグラと沸騰したお湯で肉を湯がくと硬くなるので、弱火で湯がきましょう。

③皿に春菊と玉ねぎを盛り付け、その上にしっかり水気を切った豚肉をのせる。ドレッシングを好みの量回しかける。
◆ドレッシングは食べる直前にかけていただくと水っぽくなりません。

IGUNE 検索　6〜7ページで紹介した料理についてはIGUNEのホームページ（http://www.igune.jp/）にも掲載しております。

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！「道の駅かくだ」

「角田丸森産牛乳ソフト」（300円・税込）は、A&コープ角田店のみで販売されている角田丸森産牛乳を使ったソフトクリーム。GWに1,000個売り上げたというフードコートの大ヒット商品。甘すぎず後味すっきりなので夏の乾いた喉にもオススメです。

仙南地域3番目の道の駅 交流拠点は連日大賑わい

車でなら常磐自動車道山元ＩＣから約10分、角田市街地からは阿武隈川を渡った先。「かくだスポーツビレッジ」の隣に、仙南エリア3番目の道の駅として、今年4月19日にオープンした「道の駅かくだ」は、人々と地域、モノと情報の新交流拠点として、今まさに大注目のスポット。角田市といえば、宇宙ロケットと梅を思い浮かべる人は多いかと思いますが、それ以外にもたくさんある、知る人ぞ知る角田のおいしい魅力との出会いを目当てに、連日、多くの人で賑わっています。

施設内には、農産加工室を併設した地場産品の直売所と、地元の新鮮食材を使ったメニューが楽しめるフードコート、情報案内と休憩スペースの3つのエリアがあります。

直売所の中には、角田市と近隣の組合員１８０名のうち、収穫期に合わせて常時約30名以上が採れたて野菜を出荷している地場野菜売り場があり、現在、夏野菜の最盛期。抜群な鮮度とお得な価格のトマト、キュウリ、ナスはもちろんですが、スーパーではなかなかお目にかかれない生産者こだわりの珍しい野菜や直売所ならではの貴重な品種を探してみるのもオススメです。

「道の駅かくだ」
駅長　今井 恵一さん

夏休みには「めだかすくい」など縁日のような楽しいイベントを企画中です。家族のおでかけに、亘理の海や、白石・蔵王の温泉の行き帰りに、ぜひお立ち寄りください。

旬のO·SU·SU·ME オススメ！

適熟トマト

糖度（約7度）と酸味のバランスを考えて最適な熟度で収穫した、その名も「適熟トマト」。有機肥料をふんだんに使った土づくりがおいしさの秘訣。農薬や化学肥料を半分以下に減らし、みやぎの環境に優しい農産物「特別栽培農産物」認証。

これがI·CHI·O·SI イチオシ！

かくどら あんこ

1個160円（税別）

「道の駅かくだ」のために生まれたオリジナル商品。中身をおはぎにしたのは、サプライズがあったほうが楽しいからだとか。おかげでオープン以来一躍大人気商品に。売り切れにはご注意を。個数限定で、9、12、15時の1日3回販売。

角田のめ、5つ目の姫とは、角田に嫁いだ伊達政宗公の次女・牟宇姫のこと。その名をもらった「宇宙芋焼酎 牟宇姫の恋」（4合瓶 予定価格1,600円・税別）は、7月7日に販売開始されたばかりの「道の駅かくだ」オリジナル商品最新作。原料の宇宙芋は角田産。ヤマイモ科の一種で、その蔓にできるムカゴが宇宙芋と呼ばれている。

角田が誇る、5つの「め」?!
米・豆・梅・夢・姫

直売所に、地場野菜に負けないくらい豊富に揃っているもの、それが角田産の農産品を材料にした、地元の新名物とも言うべき特産品の数々です。メーカーとのコラボ商品から、地元で製造されたスイーツに至るまで、パッケージに「角田産〇〇使用」と記された商品の、なんと多いこと。そこで、角田ならではの名物を探す際に重要なヒントになりそうなのが、角田が誇る5つの「め」、米、豆、梅、夢、姫です。

例えば米。角田産のおいしいお米はスイーツになってもおいしい、という訳で、

角田のめ、4つ目の夢とは、宇宙のこと。宇宙食や関連グッズももちろんあります。

ここでしか買えない超レア限定品として誕生したのが「かくどら」。その正体はおはぎの入った四角いどら焼きで、もっちりした生地には自家製の角田産の米粉と地元で作られた味噌が使用されています。今や「道の駅かくだ」を代表する大人気商品なのですが、施設内の農産加工室にてスタッフがひとつずつ手作りしているため、1日3回の限定販売となっています。

6次産業化を推進し、地場産業の振興という役割も担う「道の駅かくだ」。「角田産素材を使用した逸品」コーナーには角田産蜂屋柿のようかんなど知る人ぞ知る個性的な商品が並んでいて、発見がいっぱい。ぜひじっくりご覧あれ。

角田のめ、2つ目の豆、角田産秘伝豆を使った豆腐いろいろ。

他にも、豆は、角田産の大豆や秘伝豆が、旨味の濃いお豆腐に。梅では、赤シソと塩だけで漬けた昔ながらの梅干しは以前から定番でしたが、さらにその梅干しを使ったドレッシングも登場して話題に。うーん、知れば知るほど、次はどんな地場産品がどんな名物になるのか、期待はどんどんふくらむばかりです。

道の駅かくだ

営業時間／直売所　9:00～18:30
カフェ　9:00～18:00
（ラストオーダー17:30）（予定）
フードコート　11:00～17:30
（ラストオーダー17:00）
定休日／年中無休（年末年始12月31日・1月1日を除く）
（フードコート内の ぱぴハウス のみ火曜定休）
TEL／0224-61-2850
住所／〒981-1504 角田市枝野字北島81-1

わが家の味

家庭の数だけ味がある

宮城の郷土料理 しそ巻

岩沼市在住　長田裕子さん

ご飯のおかずに、おつまみにぴったり

味付けした味噌を青しそでくるくる巻いて、油で揚げる。しそ巻は宮城を代表する郷土料理のひとつです。

「何もできずに嫁いできたので全て教えてもらいました。このしそ巻は長田家の味です」と話す長田さん。覚えたレシピは、変えることなく作り続けています。夏になると農家から青しそを譲り受け、しそ巻を大量に作って知人・友人に差し入れするのが恒例行事なんだとか。

くるみやごまを加えたり、南蛮味噌にしたり、家庭によってしそ巻の作り方は違います。長田家のしそ巻は、味噌、砂糖、青唐辛子少々に小麦粉を加えたもの。幼稚園のお孫さんが食べられるほど辛さ控えめです。

味噌は一晩冷凍庫で寝かせることで味がなじみ、包みやすい固さになります。

鮮やかな緑色に仕上げるコツは、巻いたらすぐに揚げること。一度に巻いてしまうと、揚げ上がりを待つ間に味噌が葉に染みて黒っぽくなります。また時間が経つにつれて味噌が軟らかくなり、揚げる時に葉からはみ出てしまいます。

「揚げすぎないように気をつけて、味噌の甘さ・辛さは好みで変えて、わが家の味を作ってみてください」。

Recipe レシピ

[材料]

- 味噌……250g
- 砂糖……250g
- 小麦粉……150g位
- 青唐辛子……5本位
- 青しその葉……200枚
- サラダ油……適量
- つまようじ……50本

ここがコツ!

葉の大きさにもよりますが
味噌の量はティースプーン1杯が目安。
揚げた時にはみ出てしまうので多く入れすぎないこと。

[作り方]

(1) 味噌、砂糖、みじん切りにした青唐辛子を加えてよく混ぜ合わせ、最後に小麦粉を加えてしっとりとなじむまで混ぜる。

(2) (1)を一晩冷凍庫に寝かせて巻きやすい固さにする。

(3) 青しその葉を裏返しにして、(2)を付け根側の中央にのせ、手前から巻いていき、つまようじ1本に4個ずつ刺す。

(4) フライパンに1〜1.5cm位のサラダ油を入れて弱火〜やや中火に熱し、(3)を5〜6本入れる。葉の両端が縮れて濃い緑色に変わったら、返して10秒位揚げて出来上がり。常温で1日位、その後冷蔵保存できる。

よろこびがつなぐ世界へ
KIRIN

杜の都のビール工場
キリンビール仙台工場

東北の夏祭りに乾杯

新おいしい！

新・一番搾り

7月9日発売！

この商品1本につき1円が、東北各県の地域の活性化に活用されます。

STOP! 20歳未満飲酒
ストップ!20歳未満飲酒・飲酒運転。お酒は楽しく適量で。妊娠中・授乳期の飲酒はやめましょう。のんだあとはリサイクル。
キリンビール株式会社

JAみやぎ仙南 シンケンファクトリー

屋外テントガーデン バーベQ

屋外ならではの雰囲気と解放感をお楽しみください

OPEN!!

【営業時間】
昼11:00～14:00
夜17:00～21:00
要予約

●定休日水曜　●天候条件、レストラン予約状況により、営業を中止の場合があります。

JAPAN X
The Country Pork From Zao, Japan since 1969
お肉は蔵王山麓産 JAPAN Xポーク！
イメージ

「牧場直送のJAPAN Xを 100%使用し、丹精込めて手づくりした一品一品。日本ブランドのうまい豚で手づくりの味を伝えたい。」そんな生産者と職人の想いから誕生しました。こだわりの飼料製造から、生産、加工、出荷までの一元管理、清涼な蔵王連峰の麓で「環境、餌、水」にこだわり、若々しい健康で臭みの無い豚本来の旨味をご堪能いただける銘柄豚「JAPAN X」を使用。

ポーク(JAPANX)
肩ロース　モモ肉
味付けホルモン
バラ肉　ソーセージ
2,980円(税込)

ポーク+ビーフ(US)
牛カルビ　モモ肉
味付けホルモン
バラ肉　ソーセージ
3,980円(税込)

お肉お一人様300g+野菜各種+おにぎり
※ご飲食はセルフサービスとなっております

飲み放題(90分)

仙南クラフトビール

ソフトドリンク各種

日本酒 本醸造「月」

米焼酎「べにのほほ」

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
■JAみやぎ仙南ホームページをご覧ください
http://www.ja-miyagisennan.jp/top/1417.html

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

ファーマーズマーケットの会〈ショップ〉(定休日/水・木)※臨時休業あり
ショップ／11:00～14:00　～新鮮野菜・手造り工芸品～

食材王国みやぎ地産地消推進店に仙南シンケンファクトリー登録！

阿武隈急行をご利用下さい！

無垢材を贅沢に使った ゆとりのある家

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、現代の住まい方も考慮し、
それに見合った技術や工法・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ます。

木の家づくりが好き。

自然素材 無垢材 で末永く住み継げる家をご提供致します。

当社のSD（Super Natural Dream）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

健康

空気のキレイな無垢材空間が家族の健康を育む住まい。自然素材に包まれた呼吸する住まいが子供たちの健康を守ります。
（厚生労働省の指針値0.08ppmに対し当社0.015ppm）

ホルムアルデヒド気中濃度 81％減

省エネ 高遮熱＋高断熱＝更に省エネ！

エアコン無しでもひんやり涼しい。
宇宙服技術・オリジナル遮熱シート「レフミラー96」が熱を96%カット。

遮熱シートで赤外線 96％カット

極寒にも強い断熱材 40㎜以上

耐震

国土交通大臣認定「軸組パネル工法」
一般的な筋交いに対し、当社のパネル工法は面で支え、あらゆる揺れに強い。

壁倍率 3.3倍

（一財）建材試験センター測定「剛床工法」
大引を仕口で組む工法で壁との強度のバランスをあげ、ねじれにも強い住宅に。

床剛性 3.7倍

耐久

超高温木材乾燥機によるオリジナル乾燥無垢材使用。

特許技術で含水率 15％以下
天然無垢材をふんだんに使用。

木材使用量 2.0倍
※他社一般在来工法と比べて（当社調べ）

新築・リフォーム・古民家再生

MORIKYU 守久建設株式会社

☎ 0223-37-1217
〒989-2207 亘理郡山元町八手庭字石田73-2

木の家づくりをもっと知りたい方はホームページをご覧下さい。

http://morikyu-kensetsu.co.jp

自慢の味噌をご賞味下さい

人気店自慢の“氷点麺”とまろやかなコク深い味噌

自慢の0℃で冷蔵熟成された“氷点麺”は、打ちたての香りと風味、コシ、つるつるとした歯ざわりをあわせもった麺。まろやかなコク深いスープは、最後まで飽きさせません。店内はカウンターの他、テーブル席・座敷席もあり、ゆっくりとお食事できます。

◎オススメ
- みそラーメン …… 700円
- ネギみそラーメン …… 800円
- ラーメン …… 550円

他、多数メニューをご用意しております。

氷点麺の店

ラーメン松月

〒981-1106 仙台市太白区柳生5-13-7
TEL・FAX 022-242-6282
［営業時間］11：30～20：00
［店 休 日］水曜日
［駐 車 場］11台
［席　　数］全55席（うちカウンター14席）

〈交通・アクセス〉JR南仙台駅より車で6分

松月クーポン券
麺類 100円引き
◆1グループ何名様でも利用可。
◆他の割引券との併用はできません。
※2019年9月末日まで有効

読者プレゼント

応募締切日 **令和元年9月2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 仙台牛モモ焼き肉用（500g）

宮城の最高級ブランド「仙台牛」モモ肉を焼き肉用にした品です。どうぞ、ご堪能ください。

3名様

提供
株式会社マルイ 様 TEL 022-259-6333
仙台市宮城野区扇町 URL http://www.nikunomarui.co.jp/
直営店ご案内
●鮮と太助市内・西多賀店… 仙台市太白区西多賀5丁目11-15 TEL&FAX：022-243-5344
●アバイン内・鶴ヶ谷店…… 仙台市宮城野区鶴ヶ谷2丁目8-1 TEL&FAX：022-251-5606

2 キリン一番搾り生ビール（350㎖・24缶）

※20歳未満の方は応募いただけません。

新しいおいしさで、新発売！
澄んだ麦のうまみとホップの風味が調和し、さらに飲み飽きないおいしさに進化しました。仙台工場産の新・一番搾りをぜひお楽しみください。

3名様

提供
キリンビール株式会社 仙台支店 様
※11ページに広告が掲載されています。
TEL 022-222-4103 仙台市青葉区立町
URL http://www.kirin.co.jp/

3 地ビール&ウィンナー・ロースハムセット

※20歳未満の方は応募いただけません。

5名様

宮城県産豚肉を使用したハーブの香り豊かなあらびきウィンナーに、ロースハムと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330㎖×2、地ビールグラス、工場直送ウィンナー・ロースハム）

提供
JAみやぎ仙南 仙南シンケンファクトリー 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

4 梅醤油（200㎖・1本）

角田産の梅を、宮城県産の醤油にじっくり漬け込みました。ほんのりと香る梅の風味をお楽しみください。
焼き魚やお刺身などの醤油として、また肉料理などにもおいしくお召し上がりいただけます。

5名様

提供
道の駅かくだ 様
※8・9ページに記事が掲載されています。
TEL 0224-61-2850 角田市枝野字北島

5 宮城県産「だて正夢」（2kg・1袋）

もっちり食感の新品種。噛むほどに甘みが溢れ出し、お米本来の味わいが堪能できます。じっくり、ゆったりと味わっていただきたい、贅沢な時間を演出するプレミアムなお米です。

発送時期
新米をお届けするため、11月中旬頃を予定しております。

5名様

提供
JA全農みやぎ 様
TEL 022-264-8381 仙台市青葉区上杉
URL http://m-hozenmai.jp/

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、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。

IGUNEのバックナンバー・設置場所についても、ホームページ（http://igune.jp/）をご覧ください。

食と農の情報誌
IGUNE イグネ http://igune.jp/

2019年7月 vol.36 夏号

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。）」をご紹介していきます。

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

➡ 次号のIGUNEは10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。

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。

この印刷物は、
輸送マイレージ低減によるCO_2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。
RICE INK

IGUNE 2019 夏 vol.36

もっと感じよう みやぎを彩る贈り物

よい食とは、おいしい食のこと。よい食とは、楽しい食であること。
よい食とは、家族の健康を支えるもの。よい食とは、よい暮らしそのもの。

あなたも、自分に「よい食」、家族に「よい食」、
そして日本の未来に「よい食」をしませんか？

みんなのよい食プロジェクトとは、
体と心を支える食の大切さ、国産・地元産農畜産物の豊かさ、
それを生み出す農業の価値を伝え、国産・地元産農畜産物と
日本農業のファンになっていただこうという運動です。

「日本を、もっと食べよう。」みんなのよい食プロジェクト

JAグループ宮城

JA仙台　JA岩沼市　JA名取岩沼　JAみやぎ亘理　JAみやぎ仙南
JA古川　JA加美よつば　JA新みやぎ　JAみやぎ登米　JAいしのまき
JA宮城中央会　農林中央金庫仙台支店　JA全農みやぎ　JA共済連宮城

発行：JAプリント 〒983-0035 仙台市宮城野区日の出町三丁目7-20

この印刷物は、輸送マイレージ低減による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。
RICE INK