IGUNE
イグネ

地産地消
食と農の情報誌

vol.37
2019 秋

特　集
天下取りを目指して
「だて正夢」新米発売

「旨いもの」づくりに Zoom in
一般財団法人
蔵王酪農センター

クローズアップ
秋に食べよう！ふるさと自慢の味
米／ねぎ／しいたけ

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！
気仙沼農産物直売所
「菜果好（なかよし）」

わが家の味
火を使わない簡単レシピ
カボチャのスープ

読者プレゼント
「宮城の新米」など選りすぐりの賞品

0円
無料

どれもおいしく、実ったんです。

ひとめぼれ	ササニシキ	だて正夢	つや姫
宮城を代表する主力銘柄	和食との相性抜群	もちもち食感の新銘柄	艶があって粒ぞろい

「みやぎ米」メッセンジャー　サンドウィッチマン

うまさにいちずにみやぎ米

JA全農みやぎ

あしたの元気!宮城米　検索
http://m-hozenmai.jp/

米穀部 米穀販売課　〒980-0011 仙台市青葉区上杉1丁目2番16号 TEL.022-264-8381

WEBから
ご購入できます!

JAタウン
www.ja-town.com

天下取りを目指して「だて正夢」新米発売

食欲の秋、つやつやぴかぴかの新米がおいしい季節です。
昨年デビューを果たした宮城のブランド米「だて正夢」も
県内各地で収穫が行われています。
今年の出来を確かめに、JAいしのまきの生産者を訪ねました。

【JAいしのまき】石巻市須江　後藤圭吾さん

待望の新米は10月25日発売

待ちに待った収穫の季節がやってきました。青空は澄みわたり、黄金色のじゅうたんが秋風にたなびいています。台風一過の晴天のもと、向かったのは石巻市須江。JAいしのまき河南地区稲作部会・後藤圭吾さんが迎えてくれました。

夫婦で米と野菜、ブルーベリーの生産に取り組む後藤さんは、江戸時代から続く農家の8代目。現在10ヘクタールに米と転作大豆を作付けし、米は「まなむすめ」「ひとめぼれ」「だて正夢」を栽培しています。転作大豆を集落営農で行っていることから、秋の稲刈り・籾摺りは共同で行い、後藤さんは主に乾燥、籾摺り、調整作業を担当しているそうです。

取材で訪れたのは9月上旬。下旬の稲刈りまで1日1日登熟を待つ。

昨年華々しいデビューを飾った宮城のブランド米「だて正夢」は、県が12年の歳月をかけて開発した期待の新品種。もっちりとした食感と甘みが特長で、炊きたてはもちろんのこと冷めても香りや食味を保ち、おにぎりや弁当にもよく合う品種です。日本穀物検定協会が毎年発表する食味ランキングでは、平成30年産米は生産量が少なく対象外となりましたが、29年産米、28年産米は参考品種ながら最高ランクの「特A」を獲得しています。

後藤さんはプレデビューにあたる29年から「だて正夢」の生産に取り組み、3作目となる今年は2・5ヘクタールに作付けしました。

「7月の低温と日照不足が本当に心配でした。低温の時期が後ろにずれていたら冷害になってもおかしくない、ギリギリでした」と稲を見つめる後藤さん。案内された田んぼは、三陸自動車道を南に望む場所にありました。見渡すと稲穂がこうべを垂れ、イナゴがぴょんぴょんと飛び跳ねています。聞くと、この田んぼは東日本大震災で水路から津波が流入し、塩害の被害を受けたそうです。「除塩作業をしたので田植えが遅くなったんですが、あの年は夏が暑かったので米の出来は良かったんです」と振り返ります。災害公営住宅や大型施設園芸団地が造成され周囲の景色は変わりましたが、田んぼは1年も休むことなく、今年も実りを迎えることができました。

的確な栽培管理は経験があればこそ

「だて正夢」の生産者は登録制になっており、高品質な米をつくるために徹底した栽培管理が行われています。特徴的なのが他品種よりも肥料を必要とすることです。田植え時の基肥に加えて、茎の中で穂のもとがつくられる「幼穂形成期」、花粉がつくられる「減数分裂期」を迎える7月に追肥することが推奨されており、手をかけなければなりません。しかし後藤さんは追肥をしなかったといいます。

前日の台風の影響を受けずに済み、稲穂がこうべを垂れ始めていた。

「くず米にならないように一粒一粒を充実させることを目指しています」と語る後藤圭吾さん。

「葉の色が黄色になれば追肥をしますが、葉の色も良かったので7月の追肥は控えました。いい天気が続けば肥料を吸いますが、天気が悪いと稲が肥料を吸わず残ってしまい、いもち病や倒伏（とうふく）の原因になります。追肥の判断は難しいんですが、今年は追肥をしなくて良かったと思ってます」。

穂が「幼穂形成期」「減数分裂期」を迎える7月に低温や日照不足などが続くと冷害を招く恐れがあり、生産者は水を深く入れて寒さから守ります。県やJAなどの栽培技術指導を受けつつ、個々の生育状況に応じて判断するのは生産者です。長年の経験があるからこそ、毎年変わる気象状況に応じた的確な栽培管理ができるのです。

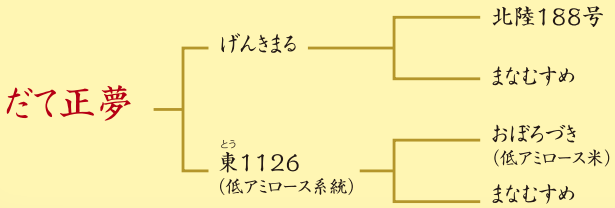
「収穫の喜びが一番のやりがいです。農家にとっては大事な収入源ですから、米の出来が良ければ何よりうれしいです。実際に刈ってみないと分かりませんが、今のところいい出来です」と頼もしい一言。

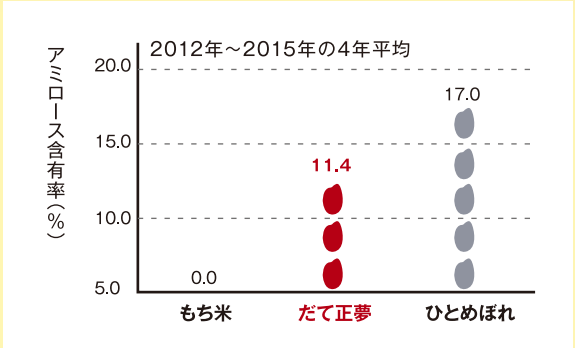
新しい宮城のブランド米として天下取りを目指す「だて正夢」は、10月25日発売です。今年は作付面積が昨年の2倍に増え、店頭に並ぶ機会も増えるはずです。パッケージにも記載されていますが、炊飯器で炊く際は水の量をメモリより少なめに入れることがポイント。つやつやぴかぴかに輝く新米は格別のおいしさです。食べたことのある人も、まだ食べたことがない人も、「だて正夢」の新米を味わい、食欲の秋を満喫しましょう。

イナゴがいる田んぼは自然環境が良い証し。

だて正夢の系譜

2016年に宮城県奨励品種に採用された極良食味品種。
冷害や病気に強い、低アミロース米。





【分析機関：宮城県古川農業試験場】

直売所には定番のクリームチーズをはじめ、ゴーダチーズ、チェダーチーズ、フレッシュモッツアレラ、蔵王ホエイMOLKなどさまざまな乳製品を販売している。

一般財団法人 ― 宮城県刈田郡蔵王町 ―

蔵王酪農センター

いま国産ナチュラルチーズが注目を集めています。蔵王町で50年、生乳の生産から乳製品の加工・販売まで一貫生産を行う一般財団法人蔵王酪農センターでおいしいチーズづくりの秘密を探りました。

新鮮な生乳で作る「蔵王チーズ」

蔵王山麓に広がる蔵王町七日原高原に一般財団法人蔵王酪農センター（以下、蔵王酪農センター）があります。100ヘクタールの敷地に広大な牧草地、さらに牛舎、チーズ工場、直売所やレストラン、観光牧場「蔵王ハートランド」などがあり、自然に触れられるスポットとして親しまれています。

蔵王酪農センターは1960年（昭和35年）、酪農の近代化研究を目的に神奈川県で設立され、1964年（昭和39年）に蔵王町へ移転しました。1980年（昭和55年）にナチュラルチーズ工場を建設して以来、生乳の生産から乳製品の加工・販売まで一貫生産を行っています。

宮沢秀夫工場長が案内をしてくれました。チーズ工場では「蔵王チーズ」のブランドでナチュラルチーズを中心に、さまざまな乳製品を製造しています。中でもクリームチーズは長年愛される人気商品です。

「新商品の開発も進めており、独自性のあるおいしいチーズづくりをしていきたいです」と宮沢秀夫工場長。

牛舎で飼育する搾乳牛は80頭、子牛や育成牛を加えて150頭ほど。自家産生乳で全てをまかなうことができないため、「みやぎの酪農農業協同組合」の仙南クーラーステーションに毎日集められる生乳の中から、蔵王山麓の生産者に限定して使用しています。

訪れた日はゴーダチーズが製造されていました。チーズバットに入れた900リットルの原料乳を殺菌冷却し、乳酸菌とレンネット（凝乳酵素）を加えてプリンのように固めます。その後、カードナイフというピアノ線を張った道具で細かくカットします。攪拌（かくはん）を続けると「カード」と呼ばれる小さな粒状の凝固乳と「ホエイ（乳清）」と呼ばれる水分に分離し始めます。

一昨年牛舎を新設し、24時間自動で搾乳できる搾乳ロボットを導入している。

「カードの温度を急に上げるとホエイを抱き込んでしまいます。熟成チーズはホエイをしっかり抜くことが基本です」と工場長。

攪拌と加温によってカードを生成した後、予備圧搾を経てホエイを排出します。その後、カードを円盤型に圧搾成型し、食塩水に浸漬させてから熟成に入ります。

初めに第一熟成室で毎日表面を拭いて反転しながら約1カ月間乾燥と熟成を行います。次に第二熟成室で4ヶ月以上ゆっくり熟成させたら出来上がりです。

生乳900リットルから作られるナチュラルチーズの量は10分の1の約90キログラム。牛乳と比較しても、手間と時間をかけて作られるナチュラルチーズの価格が高くなるのも頷けます。

酪農を通じて地域を盛り上げる

チーズの製造過程で出るホエイには良質なたんぱく質が含まれています。蔵王酪農センターではホエイを利用したオリジナルドリンク「蔵王ホエイMOLK（モルク）」を製造しています。長年チーズドリンクの名前で販売していましたが、今年7月にパッケージ・商品名をリニューアルしました。

さらにホエイを活用したエコフィード（食品循環資源の飼料化）の取り組みも行っています。コカ・コーラボトラーズジャパン蔵王工場で製造する「爽健美茶」の茶がらとホエイなどを配合した発酵飼料を開発し、地域の農家が肉牛に与えて「蔵王爽清牛」としてブランド化。主に遠刈田温泉の宿やレストランなどで提供され、脂分が少なくヘルシーなのに旨味があると好評です。

「農商工連携と産学官連携で生まれたのが蔵王爽清牛です。蔵王に移って50年、酪農を通じて地域を盛り上げたい、そして地域に恩返しをしたいと考えています」と思いを語ります。

良質な生乳と伝統の技術でつくられる「蔵王チーズ」は、東北自動車道菅生PA、仙台駅、仙台空港、藤崎などで購入可能ですが、蔵王酪農センターに足を運んで自然を感じながら新鮮なチーズ料理やソフトクリームなどを味わうのもおすすめです。レジャーの秋、ドライブがてら訪れてみてください。

蔵王酪農センター

■一般財団法人 蔵王酪農センター
刈田郡蔵王町遠刈田温泉字七日原251-4
TEL.0224-34-3311
https://www.zao-cheese.or.jp/

プリン状に固まったカードを小豆粒大に細断してから攪拌（かくはん）を行う。

お湯を加えて温度を徐々に上げながらカードを生成する

ゴーダチーズは4ヶ月以上熟成させる。

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

秋に食べよう！ふるさと自慢の味。

県内各地から秋の恵みが届きました。とれたての新米、栄養豊富な旬の野菜で食欲の秋を満喫しましょう。くれぐれも食べ過ぎにはご用心を。

新米で秋のちらし寿司

調理時間 40分（炊飯時間は除く）　エネルギー 596Kcal

牛肉でボリュームを出し、色とりどりの具材を載せた行楽弁当にも喜ばれるちらし寿司です。新米のおいしさもしっかり味わってください。

＜材料 4人分＞

米……2合　昆布 …… 4cm

【すし酢】
- 酢 …… 大さじ3
- 砂糖 …… 大さじ2
- 塩 …… 小さじ2/3

【A】
- みりん …… 大さじ1
- 塩 …… 少々

卵……3個　しめじ …… 1袋

【B】
- 砂糖 …… 大さじ1/2
- しょうゆ・みりん・酒 …… 各大さじ1

れんこん …… 100g

【C】
- 酢 …… 大さじ3
- 砂糖 …… 大さじ2
- 塩 …… 少々

牛肉切り落とし …… 150g

【D】
- 砂糖 …… 大さじ1/2
- しょうゆ・みりん・酒 …… 各大さじ1

ぎんなん(加熱済み) …… 8個
にんじんの型抜き(湯がいたもの)　8枚
絹さや(湯がいたもの) …… 8枚

＜作り方＞

①米は洗い、分量の水と昆布を入れて30分浸す。炊き上がったら昆布を取り出し、（すし酢）を合わせて 混ぜる。
◆ご飯の水加減は控えめにしましょう。ご飯は飯台にあけてすし酢を回しかけ、うちわであおいで、手早く冷ましましょう。
②卵はほぐして（A）を加え、炒り卵にする。しめじは石づきを取ってほぐして（B）で煮る。れんこんは薄い輪切りにし、1分程湯がいてから（C）につける。牛肉は（D）で汁気がなくなるまで煮る。
◆炒り卵は厚手の鍋に油をひかず、5〜6本の箸で混ぜながら弱火でじっくり火を通すとしっとり仕上がります。
③器に①を盛り、炒り卵を全体に広げ、残りの具材を彩りよく並べる。
◆具材が一箇所に固まらないように彩りを考えて丁寧に盛り付けましょう。

調理時間とカロリーはおおよその目安です。

とれたての新米の香りと風味は格別

米 ……県内各JA

日本有数の米どころ宮城が誇るブランド米。さっぱりとした味わいに長年のファンが多い「ササニシキ」、粘り、つや、うまみ、香りのバランスに優れた「ひとめぼれ」、もちっとした食感で噛むほどに甘味とうまみがあふれる「だて正夢」。生産者が丹精込めて育てた宮城米をおいしくいただきましょう。

◎栄養成分／エネルギー源となる炭水化物をはじめ、たんぱく質、カルシウム、鉄、亜鉛、食物繊維など。
◎保存方法／精米したての米を少量ずつ購入し、密封容器に入れて風通しの良い冷暗所または冷蔵庫に保存。

ねぎのマリネ

調理時間 30分　カロリー 235Kcal（全量）

食材はねぎだけのシンプルメニュー。ねぎがおいしいこの季節にたくさん作っていただきましょう。残ったマリネ液と一緒にパスタに絡めて召し上がってもおいしいです。

潮風が運ぶミネラルを蓄えた畑で育つ ねぎ……JA新みやぎ 南三陸地区本部

震災以降、気仙沼市、南三陸町の復旧農地で生産される「南三陸ねぎ」。主に白い部分を食べる長ねぎは加熱すると甘みが増します。香味成分の硫化アリルはビタミンB1の吸収を高める作用、血液をサラサラにする作用があります。殺菌効果があるので風邪予防にもおすすめです。

◎栄養価／緑色の部分にはビタミンC、カロテンを含む。硫化アリルは血糖値の低下や血圧上昇を防ぐ働きがある。
◎緑と白のコントラストがあり、葉先がピンとしているもの。白い部分が締まっているものを選ぶ。

＜材料 4人分＞

- ねぎ(400g) …… 4本
- 白ワインビネガー（酢でも良い） … 小さじ1
- 【A】
  - ブイヨン …… 200cc（固形ブイヨン1/4個をお湯で溶いたもの）
  - 塩 …… 小さじ 1/3
  - 砂糖 …… ひとつまみ
  - ローリエ（省いても良い） …… 1枚
  - 粒こしょう …… 適宜
- オリーブ油 …… 大さじ1
- ハード系チーズ …… 適宜

＜作り方＞

①ねぎは5cmの長さに揃え、浅く切り込みを入れる。フライパンにオリーブ油を加えて熱し、ねぎを並べて弱火で10分程転がしながら焼く。
◆ねぎは焦がさないようにじっくりと焼きましょう。
②(A)を加えて落とし蓋をし、弱火で柔らかくなるまで10分程火を通す。取り出して粗熱を取り白ワインビネガーを加える。冷蔵庫で30分以上冷やす。
◆ねぎは焼いてからさらに煮込むことで、甘みが増します。ローリエはお好みで除いても大丈夫です。

③器に盛り、チーズを薄く削って散らす。
◆ねぎ単体でも、またチーズと一緒にいただくことで2種類の味が楽しめます。

しいたけのパンキッシュ

調理時間 40分　カロリー 476kcal

サンドイッチ用のパンをパイ生地に見立て作るお手軽キッシュです。しいたけはよく炒めてうまみを引き出しましょう。

栄養豊富でうまみ成分たっぷり しいたけ……JA新みやぎ あさひな地区本部

しいたけは低カロリーでビタミン、ミネラル、食物繊維を豊富に含むヘルシー食材です。調理前に30分程度天日干しにするとカルシウムの吸収を助けるビタミンDが増加します。きのこ類は洗うと風味が逃げるので、払い落すかペーパータオル等で取り除きましょう。

◎栄養価／ビタミンD、B1、B2、カリウム、ナイアシン、食物繊維など。
◎肉厚でカサがあまり開いていないもの、軸が太くて短いもの、カサの裏のヒダが白いものを選ぶ。

＜材料 直径13cmの耐熱容器4個分＞

- サンドイッチ用食パン（12枚切り） 8枚
- バター …… 10g
- 【キッシュの具】
  - 生しいたけ(200g) …… 8枚
  - 玉ねぎ …… 1/4個
  - ベーコン …… 50g
- 【卵液】
  - 生クリーム …… 100cc
  - 牛乳 …… 200cc
  - 卵 …… 3個
  - 塩・こしょう …… 各適宜
  - ナツメグ（省いても良い） …… 少々
- 溶けるタイプのチーズ …… 50g
- オリーブ油 …… 大さじ1
- 塩・こしょう …… 各適宜
- イタリアンパセリ …… 適宜

＜作り方＞

①サンドイッチ用パンは半分に切っておく。耐熱容器に薄くバターを塗っておく。生しいたけは石づきの硬いところをとって7～8mm厚さにスライスする。玉ねぎは薄くスライスする。ベーコンは1cm幅に切る。
◆焼いた時に器にパンがつかないように、バターを塗っておきましょう。
②フライパンにオリーブ油を熱してベーコンを炒める。軽く焦げ目がついたら玉ねぎ・生しいたけを加えて2～3分程炒め、軽く塩・こしょうをして冷ましておく。ボウルに(卵液)の材料を加えて混ぜ合わせる。
◆具材はよく炒め、水分をとばしておくのがコツです。
③バターを塗った耐熱容器に食パンを底と側面に敷く。②の具材を入れて＜卵液＞を流し入れ、チーズを散らす。180℃に熱したオーブンで20～25分程焼く。焼きあがったらイタリアンパセリを飾る。
◆中央に竹串を刺してみて、卵液がついてこなければOKです。

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！

JA新みやぎ 気仙沼農産物直売所 「菜果好（なかよし）」

寒さが増すほどにおいしくなる旬の農産物がズラリ。
運が良ければ、ご当地野菜に出会えるかも。

開店前から行列の謎?!
売り切れ御免の人気商品続々!!

気仙沼市街地を貫流する大川にかかる本町橋のすぐ近く、JA新みやぎ気仙沼農産物直売所「菜果好」（と書いて「なかよし」と読みます）では、この日も朝9時の開店を前に、地元の方々十数人が列をなす姿がありました。

お目当ては、甘くておいしいトマトらしいのですが、何せ数に限りがあり、開店直後の一瞬のうちに売り切れてしまいました。

しかし、そんなエピソードも珍しくないほど、地元の舌の肥えた人々を連日ひきつけてやまないのが、ここ「菜果好」なのです。店内には、年間を通して約100名以上の生産者が、手塩にかけた自信作、とれたて新鮮な野菜などを出荷。朝一番には品数も豊富に棚に溢れるほど並んだ商品が、味も質もいい上にかなり安いとあって、飛ぶように売れていきます。

「多くの生産者は朝1度の納品となるため、できれば午前中のご来店がオススメですよ。」と教えてくれたのは、店長の伊藤静子さん。

「菜果好は、地元の方が毎日食べるものを買いに来てくれるお店。今日は何がおいしそうかな、と、みんな楽しみに買いに来てくれます。」

菜果好
店長　伊藤静子さん

生産者が心を込めて作った安心な野菜や果物と、それを使った自慢の家庭の味を、どれもお手頃価格でお届けします。

旬のオススメ！ O·SU·SU·ME

約10名の生産者により、毎朝質の良いほうれん草と小松菜が棚いっぱいに並びます。ハウス栽培により通年流通しているものの、これから冬にかけて旬を迎えると、おいしさは格別です。

ほうれん草と小松菜

これがイチオシ！ I·CHI·O·SHI

こっくりとした粒あんとよもぎの素朴な味。ずっしりと感じるボリュームは、お米農家さんによる手作りゆえ。入荷した約150個が午前中で売り切れてしまうことも多い大人気商品です。

よもぎ大福　1個　105円（税込）

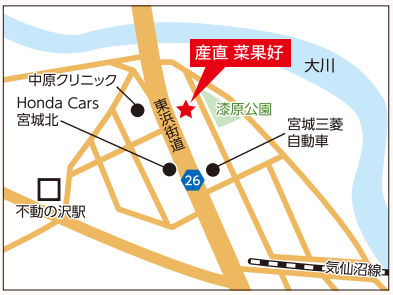
飾らない郷土の味と気軽になかよくなれる店。

店内を見渡すと、農産物売り場と同じくらい賑わっているのが、奥にあるお惣菜コーナーです。

平台には、ご飯ものやおかずもの、弁当にぼた餅、郷土料理からスイーツまで、種類も豊富で見た目も実ににぎやかです。例えば、地元ではお馴染みという「かぼちゃがゆ」は、もっちり食感とほんのりした甘さが優しいおいしさなんだとか。故郷の食卓を思わせる素朴なちらし寿司や煮物など、「どれも安くておいしい理由は、生産者が作り手になって家庭の味を届けてくれているから」と聞けば、大いに納得です。

ぬくもりが恋しい季節にぴったりの郷土の味がズラリ。人気の品は昼前に売り切れてしまうことも。

また今年7月に新設された鮮魚コーナーには、農業と漁業を兼業している組合員さんから出荷された鮮度抜群の魚や、食べやすい加工品が驚きの安さで並んでいます。地元では煮付けて食べるという「まぐろのたまご」も、かなりレアな一品。まさに、地元の人にとって使い慣れた台所の延長のように愛されている「菜果好」。気仙沼を訪れた際には、親戚の家に立ち寄るような気安さで立ち寄りたいお店です。



JA新みやぎ 気仙沼農産物直売所「菜果好（なかよし）」

営業時間 ／ 9:00～17:00（12/31は閉店時間が早まります）
定 休 日 ／ 年始 1/1～1/4　初売りは1/5～
T E L ／ 0226-22-6710
住　所 ／ 〒988-0042 気仙沼市本郷1-4

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

限定出荷

一番搾り とれたてホップ

とれたてのホップのおいしさが楽しめる
今だけの特別な一番搾りです。

2019年
10月29日(火)
発売!

※2019年に岩手県遠野市で収穫したての生ホップ「IBUKI」を急速凍結し、使用しています。

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

わが家の味

火を使わない簡単レシピ

カボチャのスープ

仙台市在住　中川孝子さん

豆乳を使って大豆イソフラボンを摂取

夫婦で野菜づくりに取り組むJA仙台女性部副部長・中川孝子さんは、カボチャ、ジャガイモ、ニンジン、パプリカ、オクラ、ブロッコリー、コリンキー、白菜、バジルなど年間50～60種類の野菜を生産し、JA仙台農産物直売所「たなばたけ高砂店」に出荷しています。

今回紹介してくれたのはカボチャを使った火を使わない簡単レシピです。カボチャはビタミンやミネラル、食物繊維を豊富に含み、抗酸化作用があることで知られるβ－カロテンを豊富に含む緑黄色野菜です。健康管理士一般指導員の資格を持つ中川さんは女性部で開催する料理講座で講師を務めることも多く、健康面も考えた料理が好評を得ています。

「女性は大豆イソフラボンを摂取した方が良いので豆乳を使用しました。カルシウム不足が気になるなら牛乳を使っても良いでしょう」。カボチャは果肉以上に皮に栄養が詰まっているので皮ごと使用するのがポイント。レンジで加熱後、粗熱を取ってから保存袋に入れて冷凍しておくと忙しい時に時短でスープを作ることができます。冷製スープを紹介しましたが、これからの季節は温めてもおいしくいただけます。

Recipe レシピ

ここがコツ！

カボチャを小さめにカットすると加熱時間が短くなり、ミキサーで混ぜやすくなります。

[材料]

カボチャ	1/4個
調整豆乳	1000ml
塩・こしょう	適宜
パセリ	適宜

[作り方]

(1)カボチャを一口大に切って食品用ラップをし、電子レンジで加熱して柔らかくする。加熱後、粗熱を取っておく。
(2)ミキサーにカボチャと調整豆乳を入れてなめらかになるまで混ぜる。
(3)塩・こしょうで味をととのえる。
(4)器に氷を入れてスープを注ぎ、パセリをちらして出来上がり。

ランチタイムメニュー

Lunch time Menu

ドイチェスハウス　ビア・レストラン

プチデザート付
シェフおすすめランチセット
11：00～14：30
（ラストオーダー 14：00）

仙南管内9市町（柴田、大河原、村田、川崎、蔵王、白石、七ヶ宿、角田、丸森）で生産する数多くの農産物から JA の営農担当者が特におすすめする「旬の食材」を料理長が素材を生かして調理いたします。

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！

シンケンプレート
ウインナー・厚切りハム・スープ・サラダ添え
ライス or パン
¥1,280（税込）

めぐみ野あか鶏のコンフィ
あか鶏のコンフィー・スープ・サラダ添え
ライス or パン
¥1,300（税込）

ジャパン X ポークロースのソテー
ポークソテー・スープ・サラダ
ライス or パン
¥1,280（税込）

オムライス
オムライス・スープ・サラダ
¥1,280（税込）

ナポリタン
ナポリタン・スープ・サラダ
¥1,100（税込）

ビーフシチュー
ビーフシチュー・スープ・サラダ
ライス or パン
¥1,600（税込）

エビフライ
エビフライ・スープ・サラダ添え
ライス or パン
¥1,600（税込）

サービスランチ
数量限定
（土、日、祝日お休み）
月曜～金曜日
¥980（税込）

ドリンクバー
おかわり自由

¥200（税込）
ホット or コールド
のいずれか、おかわり自由
¥300（税込）
ホット コールド
おかわり自由

クラフトハム&ソーセージ
工場直送

- 三種ソーセージ…… ¥600（税込）
- ソーセージ盛合せ… ¥1,600（税込）
- ハム盛合せ…… ¥1,600（税込）
- ハム・ソーセージ盛合せ …… ¥2,100（税込）

みやぎ生協は、1970 年に角田市農協と鶏卵・鶏肉・豚肉の取扱いを始めて以来、食の安全性、宮城県と日本の農・畜・水産業の振興、地域経済の活性化と文化の発展、自然環境の保全に寄与することをめざし、メンバー・生産者とともに産直活動を育ててきました。今でこそ「地産地消」のキーワードが一般化していますが、みやぎ生協の産直はすでに長期間にわたって取り組んできたテーマです。
近年、「産直」（＝産地直送）というブランドを掲げた商品が数多く販売されるようになってきました。しかし、みやぎ生協の産直は他の産直とは異なり、「安全でおいしい食品が食べたい」というメンバーの声から生まれ、生産者と協力・協同・交流を重ねながら受け継がれ発展してきた「産消直結」の取り組みなのです。

日替りパスタ
本日のパスタ・スープ・サラダ
¥1,380（税込）

ハンバーグステーキ
ハンバーグステーキ・スープ・サラダ
ライス or パン
¥1,330（税込）

めぐみ野あか鶏のポアレ
あか鶏・スープ・サラダ
ライス or パン
¥1,280（税込）

お肉は蔵王山麓産 JAPAN X ポーク！
「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、若々しい健康で美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。

お問い合わせ先　仙南シンケンファクトリー　TEL 0224-61-1150
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

おーい！

農産物直売所グループのレシートラリー　秋も開催!!

第17回 丸森お買い物レシートラリー

2019年
9月28日(土)～
11月4日(月)(振休)

各店300円以上のレシートで応募してね♪

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
2 あがらいん 伊達屋
（1・2 隣接）
3 丸森物産いちば 八雄館（はちゆうかん）
4 JAみやぎ仙南丸森地区女性部 ふれあい農園直売所
5 小斎 蔵の市
6 蔵っこ（食事処）
（5・6 隣接）
7 農村レストラン味の里
8 いきいき交流センター大内
（7・8 併設）
9 不動直売センター
10 ひっぽのお店ふでいち

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

JA全農みやぎ 炊飯工場（㈱パールライス宮城 炊飯センター）

おいしいお米の、おいしいごはん。

平成26年12月に稼動した最新鋭の設備を備えた炊飯工場です。全面的な㈱パールライス宮城への業務委託により、宮城県内（みやぎ生協など）を中心とした東北の幅広いエリアに、宮城米を原料とした安全・安心で美味しいご飯商品（おにぎり・寿司類等）をお届けしています。

連続蒸気炊飯システムでアミロースによる劣化を防ぎ、食味が長く保たれます。「業務用白飯」「業務用酢飯」も好評をいただいています。

品質管理

お客様にお届けする商品は、金属検出機でチェックを行っています。また監視モニターで工場内の様子を常にチェックしているほか、品質管理室では食味や品質に関する様々な試験や検査をおこない、常に高い品質の維持に努めています。

品質管理室

金属検出機

監視モニター

JA全農みやぎ炊飯工場（㈱パールライス宮城 炊飯センター）
〒983-0035 仙台市宮城野区日の出町三丁目5番13号　TEL022-794-8451 FAX022-782-5041

創業 120周年。

変わりゆく勇気、変わらない想い。

ネットワーク&オフィス × 産業資材（紙&包装資材）

Network System　Space Design　Office Supplies　Paper　Package

FOR USERS SATISFACTION

OBISAN オビサン株式会社

〒983-0034 宮城県仙台市宮城野区扇町7丁目6番地の30
□TEL.022-254-0701 □FAX.022-254-0706

URL.www.obisan.co.jp　建築許可（般-28）第101535号［本社］〒990-8668 山形県山形市流通センター1丁目9-2

読者プレゼント

応募締切日 令和元年12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 宮城県産「だて正夢」（5kg・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。

5名様

提供 **株式会社パールライス宮城 様**

※1～3ページに記事が掲載されています。

TEL 022-345-2877 黒川郡大和町まいの
URL http://www.pearl-rice.co.jp

2 ご贈答用チーズ

3名様

爽やかな酸味と甘さのクリーミースプレッドシリーズにおつまみチーズとお料理用のチーズを組み合わせたセットです。
内容量／クリーミースプレッド（オレンジ、仙台いちご、ブルーベリー）各120g、ホワイトザオー90g、ゴーダ100g、シュレッドチーズ180g

提供 **一般財団法人 蔵王酪農センター 様**

※4・5ページに記事が掲載されています。

TEL 0224-34-3311 刈田郡蔵王町遠刈田温泉
https://www.zao-cheese.or.jp

3 南三陸米「ひとめぼれ」（5kg・1袋）

JA新みやぎ南三陸地区本部管内で生産された、栽培履歴の明確な「ひとめぼれ」1等米のみを使用。南三陸地域の豊かな自然、清らかな清流に育まれた上質なお米です。

3名様

提供 **気仙沼農産物直売所「菜果好（なかよし）」 様**

※8・9ページに記事が掲載されています。

TEL 0226-22-6710 気仙沼市本郷

4 一番搾り とれたてホップ生ビール（350㎖・24缶）

※20歳未満の方は応募いただけません。

今年とれたて、岩手県遠野産ホップの旬のおいしさが楽しめる、一番搾り。
この時期にしか出会えないおいしさ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**

※9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/

5 丸森町産ブランド米「いざ初陣」（2kg・1袋）

良質なコシヒカリの産地、丸森において、整粒歩合80以上、食味値85以上と特に品質と食味にこだわり厳選したものが、この「いざ初陣」です。
伊達政宗の初陣の地にちなんで命名され、新たな一歩を応援する、特別なお米です。ぜひご賞味ください。

5名様

提供 **丸森町農業創造センター 様**

※11ページに広告が掲載されています。

TEL 0224-72-3028 伊具郡丸森町字鳥屋

6 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。

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）

5名様

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

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。

食と農の情報誌
IGUNE イグネ http://igune.jp/

2019年10月 vol.37 秋号

➡次号のIGUNEは2020年1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。

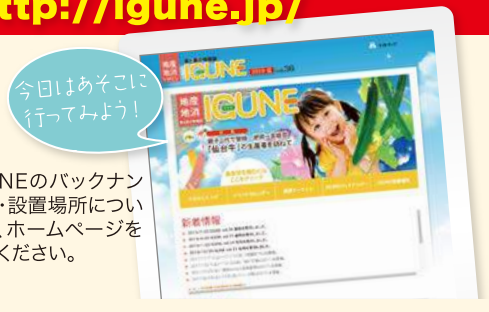
協力
JAグループ宮城「県産県消」推進協議会
全国農業協同組合連合会宮城県本部

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

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。

本誌では収まり切れなかった情報が満載!!
http://igune.jp/



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 秋 vol.37

みんなのよい食プロジェクト

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。

笑味ちゃん
©みんなのよい食プロジェクト

「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