

地産
地消

食と農の情報誌

IGUNE

イグネ

vol.49
2022秋

特集

海洋プラスチックごみ
削減に向けた

環境にやさしい
米づくり

「旨いもの」づくりに Zoom in

JAみやぎ仙南管内 セケ宿町
Yuz farm & vineyard
(ユズファーム アンド ヴィンヤード)

クローズアップ

秋に食べよう! ふるさと自慢の味
宮城米 / しいたけ /
レタス

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!
(株)新みやぎサービス
Aコープせみね店

農の食卓

JAいのまき
炊飯パック

わが家の味

ご飯のお供に、お茶請けに、
酒のつまみに
しそ巻き

読者プレゼント

「宮城県産だて正夢」など
選りすぐりの賞品

0円
無料

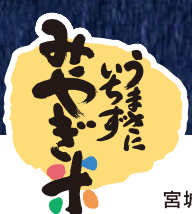
うまくて、



おいしい。



みやぎ米



ひとめぼれ
宮城を代表する主力銘柄

ササニシキ
和食との相性抜群

だて正夢
もちもち食感の新銘柄
デビュー5周年

つや姫
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

海洋プラスチックごみ削減に向けた

環境にやさしい 米づくり

JA新みやぎ南三陸地区 気仙沼市
株式会社階上生産組合

本格的な作付け再開から4作目の「ひとめぼれ」

秋は実りの季節である一方、台風の影響でもあります。台風11号の影響で曇りや雨のぐずついた天気が続いた9月上旬、向かったのは気仙沼市階上地区。今年12年ぶりに海開きが行われたお伊勢浜海水浴場のすぐ近くで、水稲、枝豆、大豆を生産する株式会社階上生産組合を訪ねました。

迎えてくれたのは代表取締役社長・佐藤美千夫さん。現在78歳の佐藤

さんは、農業歴63年というベテラン。平成元(1989)年に階上生産組合を設立し、長年地域の農業をけん引してきました。震災後も地域の復興に尽力し、令和2(2020)年には株式会社へ移行。現在は役員2人、農繁期には従業員10人とともに4ヘクタールを経営しています。

いよいよ新米の季節がやってきました。近年、環境に配慮した農業が求められる中、海洋プラスチックごみ削減を目指し、環境に配慮した米づくりに取り組む生産者を訪ねました。

KATAKURA
CO-OP AGRI

ペースト試験実施中

片倉コープアグリ株式会社

今年の作付面積は水稲35ヘクタール、枝豆2ヘクタール、大豆7ヘクタール。水稲は一部もち米を除いて「ひとめぼれ」を栽培。枝豆は気仙沼の在来品種といわれる「気仙沼茶豆」を栽培しています。一般的な枝豆は1つの枝に葉が3枚付くのに対し、「気仙沼茶豆」は葉が5枚付き、香り豊かで甘みが強いのが特徴です。

「震災後は市にがれきを置く場所がなかったので、みなさんの農地を貸していただきたいということで20ヘクタールががれき処理場になっていました。津波被害のあった土壌だから今もがれきがいっぱいあるんです」と佐藤さん。東日本大震災で甚大な被害を受けた階上地区。階上生産組合が本格的に作付けを再開できたのは4年前のこと。今なお復興の途中であることがうかがえます。

ペースト肥料で 海洋プラスチックごみ削減へ

JA新みやぎでは今年SDGsの一環として、国際的な課題となっている海洋プラスチックごみ問題に取り組み、プラスチックを使わない肥料による米づくりの実証実験を開始しました。



分解されなかった被覆肥料のプラスチック殻。海洋プラスチックごみ問題の一因となっている。



今回実証実験で使用した片倉コープアグリ株式会社のペースト肥料。

稲作で主流になっている「被覆肥料」は、肥料成分がゆっくり溶け出すように表面がプラスチックの殻で覆われています。田植え時に被覆肥料を使用すると7月頃の追肥が不要にな



株式会社階上生産組合代表取締役社長・佐藤美千夫さん。「100超えれば上々」と言いつつ、今年は作況指数102~103を期待する。

り、省力化が図れます。被覆肥料は時間の経過とともに紫外線や微生物の作用で分解されますが、中には分解されずに河川を通して海へ流出するものがあることから、海洋汚染の一因になると指摘されています。

そこで被覆肥料の代わりに「ペースト肥料」を使用した栽培実験にほ場を提供したのが、階上生産組合です。

「私たちは肥料を使う側。その結果が世界で問題になっています。環境汚染を防ぐには、常に先を見て早めに取り組まないといけません。日本では事件や事故が起きてからの対策だけど、それは絶対にだめ」と佐藤さんは語気を強めます。

ペースト肥料は以前からあるものですが、従来は追肥が必要でした。今回実験を行ったのは、「ペースト2段階施肥」という技術です。これは専用田植え機を使い、上下2段階のノズルから土壌の浅い部分と深い部分に同時に施肥を行うもの。浅い部分は田植え



色付き始めていた実験ほ場の「ひとめぼれ」。10月上旬に稲刈りを予定している。

時の基肥として、深い部分は根が伸びた7月頃に効くようになっており、追肥が不要になります。

メリットは他にも。ノズルで苗のすぐ横に施肥するので、ほ場全体に施肥する被覆肥料よりも施肥効率が向上します。また、粒状の被覆肥料は水に濡れると固まってしまい、雨の日は田植えができない場合があります。ペースト肥料は雨の日でも田植えが可能。特に大規模経営を行っている

生産者にとっては、天候に左右されない計画的な田植えができるといいます。

実験ほ場に移動すると、稲穂が色付き始めていました。「ペースト試験実施中」と書かれた旗が立っていないければ、被覆肥料を使用した周りのほ場となら見分けはつきません。

実験では、90アールのうち1枚30アール毎に、気仙沼地域の基本的な施肥量と同量から2割削減まで施肥量を3段階に分けて栽培しています。この3枚の生育状況を見比べても、差がないように感じられます。今後、収量にも差がなければ、施肥量を減らしてコスト削減を図れるといいます。

「生育を見ると3枚ともいいようです。追肥もしていないけど順調に育って、色も均一についてます。単収がどのくらい出るか楽しみです」と期待を寄せる佐藤さん。さらに「ペースト肥料だとコストを下げられるからありがたい」と声を弾ませます。

肥料価格の高騰が農業経営を圧迫する中で、海洋プラスチックごみ削減に向けた環境にやさしい米づくりは、コスト面にもやさしい米づくりであるようです。

国民が安心して 食べられる米を

「まだがれきも出てくるけど、これだけ作れば、まずまずだね」と稲穂を手に実りを確かめる佐藤さん。「今は農業を楽しんでやっています。私たちの年齢は、今日は今日で楽しく、けがのないように楽しく過ごすことです」と笑顔で話しながらも、「寝ても覚めても考えるのは農地のこと」だとか。来年は経営面積がさらに2ヘクタール増える予定だといい、農地を預かっているという責任感が大きな原動力になっているようです。

「日本の米は世界1です。私たちは自信を持って『ひとめぼれ』を作っていますし、日本の農業を守っています。これからも安心して食べられる米を作りたいと思っていますので、ぜひ皆さんに食べていただきたいです」。

階上生産組合をはじめ、生産者は時代や取り巻く環境の変化に対応しながら、安全でおいしい米を作るための工夫や努力を続けています。日本の主食である米が安定供給され、今年も新米が食べられることに感謝しながら、おいしくいただきます。



「旨いもの」づくりに
Zoom in

昨年初めて収穫したぶどうを使用した赤ワイン・白ワイン(現在は販売終了)。今シーズンのワイン・シードルの発売時期や販売方法等についてはホームページで確認を。



JAみやぎ仙南管内 七ヶ宿町

Yuz farm & vineyard

(ユズファーム アンド ヴィンヤード)

定植3年目を迎え、本格的な収穫ができるようになった「シャルドネ」。

ワイナリー設立を目指し ぶどう栽培に挑む

七ヶ宿町にワイナリー設立を目指してワイン用ぶどうを栽培する、就農3年目の果樹生産者がいます。

「Yuz farm & vineyard
(ユズファーム アンド ヴィンヤード)」

の荒井謙(ゆずる)さんは白石市出身。進学した東京の大学で山梨大学ワイン科学研究センター長を務めた教授と出会い、白ワインの味と香りに関する研究に取り組みました。大学院修了後は長野県のワイナリーに就職し、ぶどうの栽培からワイン・シードルの醸造、店舗運営まで経験しました。

そして「想い描くより良いワインを作るには、自分で栽培から責任を持ってやるしかない」と独立を決意。令和2(2020)年、父親の実家があり、果樹栽培に適した冷涼な気候をもつ七ヶ宿町でぶどう栽培を開始しました。現在は滑津地区、関地区にあるぶどう畑で、「シャルドネ」や「ピノワール」などのワイン用ぶどう、「シャインマスカット」などの生食用を栽培しています。

「栽培のこだわりは木を健全に育



エノログ(ワイン醸造技術管理士)の資格を持つ荒井謙さん。「ワイン用ぶどうは日本では栽培の歴史もまだまだ浅く、いわゆるその地に適した栽培マニュアルの様なものはない中で、試行錯誤しながらチャレンジしています。自分の責任でやれることは大変ですが、楽しいです」と話す。

てることです。白石より標高の高い七ヶ宿は昼夜の寒暖差があります。特にぶどうが熟してくる10月になると、夕方以降はものすごく寒くなります。寒暖を繰り返すことで最後の熟しがうまくいく。ぶどうたちにこの土地、この気候を表現してもらいために、健全な栽培をすることが大事だと思っています。そのために荒井さんは日々樹木の健康状態を観察し、適切な栽培管理と病害虫の防除を徹底しているといいます。

七ヶ宿の風土を表現する ワインを造りたい

今年5月、昨年初めて収穫したぶどうを原料に使用し、委託醸造した





ワイン用ぶどうは高さ2メートルほどの垣根仕立てで栽培する。害獣対策に電気柵を設置しているが、今年は2度被害に遭ったという。

ワインを発売しました。今年は順調に登熟が進めば、昨年より収穫量が増える見込み。「シャルドネとソーヴィニオン・ブランのブレンドになります。今シーズンは七ヶ宿産100%、自分のぶどうだけで造ったワインができるかもしれません」と声を弾ませます。

また、荒井さんは耕作放棄地になっていた町内最後の果樹園を継承し、りんご栽培にも取り組んでいます。昨年はシードルを委託醸造しましたが、今年は生食用りんごの出荷やジュース加工も行う予定とのこと。

ワイナリーを設立するには、醸造設備、原料の確保、そして酒造免許の



取得など幾つものハードルがあります。そこで自家産ぶどうの生産量を増やすために、現在の1500本に加えて、来年1400本、再来年1400、2000本の苗木を定植する準備を進めています。

「ぶどうを七ヶ宿で作っている意味を表現できるのがワインであり、ワインの面白さです。この高山地域の冷涼な気候を活かしたワイン造り・シードル造りをしたいと思っています」と話す荒井さんの挑戦は、これからも続きます。



「七ヶ宿りんご園再生プロジェクト」として復活させた果樹園では、「ふじ」「北斗」「サワールージュ」など約20品種のりんごを栽培する。

みやぎ米

新米キャンペーン実施中!

下記シールの貼っている新米を買ってハガキとWEBで応募しましょう。

新米

うまくて、
おいしい。
みやぎ米

A賞 50名様

仙台牛セツト
(1万円相当)

B賞 100名様

JA加工品
詰め合わせセット
(5千円相当)

Wチャンス賞 200名様

環境保全米 450g

2022年12月31日まで

※写真はイメージです。

●応募方法【ハガキで応募の場合】右下の「応募券」1枚を切り取って郵便ハガキに貼り付け、ご希望の賞(A・B賞)、氏名、年齢、住所、郵便番号、電話番号、お買い上げ店名をご記入の上、下記の宛先までご応募ください。※ハガキ1枚を一口として、お一人様何口でもご応募いただけます。【スマホ・Webで応募の場合】このシールが貼った対象商品をお買い上げの「レシート」と右下の「応募券」を一緒に撮影し下記二次元バーコードよりご応募ください。※詳しい応募方法は二次元バーコード先の応募ページをご確認ください。※応募は対象商品1つにつき、「ハガキ」が「スマホ・Web」いずれかで一口のみとなります。1つの商品で重複して応募された場合、重複は無効となります。

●ハガキ応募先: 〒980-8799 仙台中央郵便局留「うまくて、おいしい。みやぎ米 新米キャンペーン2022」係

●応募締切【ハガキ】2022年12月31日(土)当日消印有効【スマホ・Web】2022年12月31日(土)受付分まで。※当選発表は厳正な抽選の上、2023年1月下旬(予定)の賞品の発送をもってかえさせていただきます。

●お問い合わせ先: TEL022-342-0799「うまくて、おいしい。みやぎ米 新米キャンペーン2022」事務局(平日10:00~17:00 土日祝日および12/28~1/4を除く)

キャンペーンについて詳しくは <https://www.m-hozenmai.jp/>

★応募いただいた個人情報はキャンペーンに関する目的以外には使用いたしません。個人を特定しない情報は統計資料作成目的で使用させていただきます。

主催 JAグループ宮城

うまくて、おいしい。みやぎ米
新見本券22



安心・安全
「みやぎの環境保全米」

水や土を守り、生き物を守ることができる

安心・安全なお米をお届けできる

安定した食糧供給に貢献できる

「環境保全米」は、このマークが目印です。

お米づくりにも、やさしさを。

みやぎの環境保全米。

環境保全米とは、農薬や化学肥料を通常の半分以下に減らして作られたお米のこと。令和4年産の宮城米に関して、約3割の田んぼで環境保全米が作られています。宮城では、環境と人にやさしいお米づくりをこれからも続けていきます。

バリエーション豊か。選べるおいしさ、みやぎ米



ササニシキ
和食との相性抜群



ひとめぼれ
宮城を代表する主力銘柄



だて正夢
もちもち食感の新銘柄
デビュー5周年



金のいぶき
手軽に炊ける玄米専用品種

宮城米について詳しくは

<https://www.m-hozenmai.jp/> みやぎ米 検索

〒980-0011 仙台市青葉区上杉1丁目2番16号 TEL 022-264-8381

JA全農みやぎ



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

秋に食べよう! ふるさと自慢の味。

待ちに待った実りの秋を迎えました。
収穫したての新米は風味も香りも格別です。
栄養がたっぷり詰まった野菜とともに
宮城の豊かな恵みを味わいましょう。

ビビンバ

調理時間 30分 エネルギー 587kcal / 1人分



<材料> 2人分

牛小間肉 100g
ごま油 小さじ1

[A] にんにく(すりおろす) 小さじ1/2
酒 大さじ1
砂糖 大さじ1/2
しょうゆ 大さじ1/2
コチュジャン 小さじ2

豆もやし 1/2袋
にんじん 1/2本

[B] ごま油 小さじ2
塩 小さじ1/4
白ごま 小さじ1

ほうれん草 150g

[C] ごま油 小さじ2
塩 小さじ1/8
しょうゆ 小さじ1/2
白ごま 小さじ1

卵黄 2個
ご飯 2杯分
コチュジャン 適宜

<作り方>

- ①ボウルに(A)を合わせ、牛肉を加えて下味をつける。フライパンにごま油を加え、中火で炒めて火を通す。
◆牛肉はあらかじめ下味をしっかりと付けておきましょう。
- ②豆もやしはひげ根を取り除き、にんじんは4cm長さのせん切りにする。塩少々(分量外)を加えた熱湯で2分ほど茹で、水気をよく切り、ボウルに移して(B)である。ほうれん草は塩少々(分量外)

- を加えた熱湯で1分ほど茹で、水気を絞って4cm長さに切り、ボウルに移して(C)である。
- ◆野菜をあえるときは、水気をしっかりと拭き取っておくのがポイントです。
 - ③器にご飯を盛り①、②を彩りよく盛りつけ、卵黄をのせてコチュジャンを添える。全体をよく混ぜていただく。
 - ◆ご飯と具材はよく混ぜていただく、おいしくいただけます。

野菜も肉もとれる彩り鮮やかで、栄養満点のメニューです。
野菜のナムルと味付け肉は作り置きしておく便利です。

宮城米 県内各JA

さっぱりとした味わいで根強い人気を誇る「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甘味の強い「だて正夢」。通常の約3倍の胚芽を含む玄米食向けの「金のいぶき」。生産者が丹精込めて育てた宮城の新米をおいしくいただきます。

◎栄養素／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、食物繊維などを含む。

◎保ち方／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する。



しいたけの肉詰めスープ煮

調理時間 25分 エネルギー 265kcal / 1人分



しいたけと肉の旨味が出たおいしいスープは体の芯から温まります。肉団子は一度軽く油で焼き付けておくと、煮崩れせずにふっくらと仕上がります。

しいたけ …… JA新みやぎ
(あさひな地区・南三陸地区・栗っこ地区)

しいたけのうま味成分はグアニル酸です。カロリーは低いですが、ビタミンやミネラル、食物繊維が豊富に含まれています。調理前に30分ほど天日干しにすると体内でカルシウムの吸収を助けるビタミンDが増加します。水洗いすると風味が落ちるので、汚れは払うかペーパータオル等で取り除きましょう。

◎栄養素 / ビタミンD、ビタミンB1、ビタミンB2、カリウム、ナイアシン、葉酸、食物繊維などを含む。

◎選び方 / 肉厚でかさがあまり開いていないもの、軸が太くて短いもの、かさの裏のヒダが白いものを選ぶ。

<材料> 2人分

しいたけ	6枚
豚ひき肉	150g
塩	小さじ1/4
溶き卵	1/2個
生姜のすりおろし	小さじ1
ねぎのみじん切り	大さじ1
片栗粉	大さじ1/2
白菜の葉	2枚
生姜の千切り	10g

<作り方>

- しいたけは根元を切り取り、かさと軸に分け、軸は刻んでおく。ポウルに(肉だね)の材料と軸を入れて粘りが出るまで混ぜ、6等分して団子に丸める。白菜は2cm幅のそぎ切りにする。
◆肉だねは塩から順に加え、しっかりと混ぜましょう。
- しいたけのかさの内側に薄く片栗粉(分量外)をまぶし、肉だねをのせて形を整える。フライパンにサラダ油を多めに熱し、肉団子の表面に軽く焦げ目がつくまで焼き付ける。(中心は生でも良い)



スープ

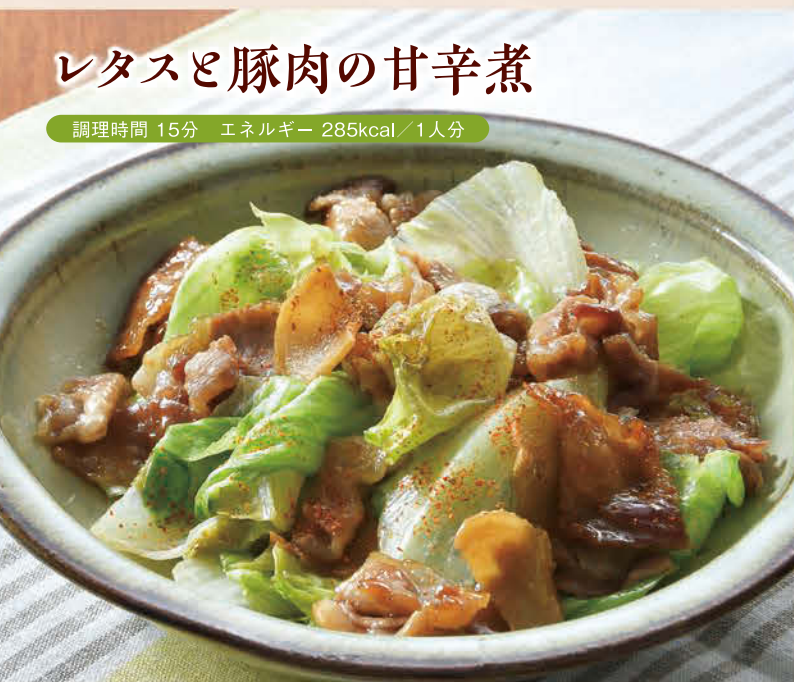
水	500cc
鶏がらスープの素	小さじ2
しょうゆ	小さじ1
酒	大さじ1/3
塩	小さじ1
こしょう	少々
サラダ油	適宜

- ◆かさの内側に片栗粉をまぶしておく、肉だねがはがれにくくなります。
- ③鍋に白菜、生姜を入れ、(スープ)の材料を加えて強火にかける。煮立ったら火を弱めて②を加え、10分ほど煮込む。
- ◆肉詰めしいたけの芯まで火が通るように、弱火で煮込んで下さい。



レタスと豚肉の甘辛煮

調理時間 15分 エネルギー 285kcal / 1人分



レタスを一個まるごと使った甘辛味の簡単メニュー。ご飯のおかずにもぴったりです。

レタス …… JA仙台・JAいしのまき
JA名取岩沼

成分の約95%は水分ですが、ビタミンやミネラル、食物繊維などがバランスよく含まれています。サラダなど生食で使われることが多いですが、油との相性が良く、炒め物やスープなどにも合います。生で食べるなら葉を手でちぎって、加熱料理なら短時間で調理するとシャキシャキ感が楽しめます。

◎栄養素 / カリウム、カルシウム、β-カロテン、葉酸、ビタミンC、食物繊維などを含む。

◎保ち方 / 乾燥させないように濡らした新聞紙などで包み、ビニール袋に入れて冷蔵庫に保存。

<材料> 2人分

レタス	1個
豚バラ肉	150g
打粉用片栗粉	大さじ1
生姜	1/4かけ
酒	大さじ2
みりん	大さじ2
砂糖	小さじ1
しょうゆ	大さじ1と1/2
かつおだし(顆粒)	小さじ1/2
サラダ油	大さじ1
一味唐辛子	適宜

<作り方>

- レタスは縦に8等分に切り、しんを切り取る。生姜は薄切りにする。豚バラ肉は3cm幅に切り、片栗粉をまぶしておく。
◆レタスは縦に切るとバラバラにならず、扱いやすくなります。
- フライパンにサラダ油を加えて強めの中火にし、豚肉と生姜を加えて炒め、酒、みりんを加える。肉の色が変わったら残りの(調味料)を加えて一煮立ちさせる。



- ◆豚肉は初めに調味料で、味をつけておきましょう。
- ③レタスを加え、蓋をしてしんなりするまで中火で2〜3分炒め煮する。器に盛ってお好みで一味唐辛子を振る。
- ◆レタスは途中何度か蓋を取って、上下を返しながらかき混ぜよう。



産直マーケット
のご案内



元気のもとを買いにいきましたよ!

(株)新みやぎサービス 「Aコープせみね店」

新型コロナウイルス
感染拡大防止に
ご協力を。

入店時の手指の消毒、マスクの着用をお願いします。「密」を避け、少人数、短時間、時間差で買い物を。混雑時には、入場規制をする場合がございます。



今回の店内リニューアルでは、冷凍ケースも一新。平台になって見やすく、取り扱い商品も増えました。

店内リニューアル完成 地場野菜コーナー拡大!!

栗原市南部、登米市との市境近く、
県道1号古川佐沼線沿いにある
「Aコープせみね店」。入店したお客

旬の
オススメ!



りんご

高清水のりんご農家さんが出品する「りんご」。秋の深まりとともに、さんざ、ジョナゴールド、ふじなど、様々な品種が次々とおいしい旬を迎える。

様の視線を最初に釘付けにするのは、スペースの半分ほどを占める採れたての新鮮野菜です。9月1日の店内リニューアルオープンに伴い、「地場野菜コーナー」が店舗入口すぐの平台に移動し、コーナーの広さも約4倍に大幅拡大しました。

「地元の採れたて野菜を直接お客様にお届けしたい、そのおいしさをもっと多くのお客様に知ってほしいという思いが、今回の売り場拡大になりました」と、店長の佐藤さん。さらには、季節の果物や地元産の素材を使ったこだわりの加工品が並ぶスペースも増え、足を止めては、じっくりと品定めするお客様の姿が後を絶ちません。

これが/
イチオシ!



高清水りんごジュース

ストレート果汁100%、JA新みやぎオリジナル「高清水りんごジュース」/1本・95円(税込)。30本入り箱 / 2,490円(税込)は、贈り物にも喜ばれそう。



昔ながらの漬物から目新しいオリジナル商品まで、いずれもJA新みやぎ管内で生産された野菜や穀物を原料に使用。地元で加工された海と山の幸も並び、個性的な品揃え。



鮮度抜群の鮮魚売り場にも定評があります。



Aコープせみね店 店長
佐藤 裕さん

これから大根や白菜、雪菜などの冬野菜がおいしくなります。採れたて新鮮野菜を地元の食卓にお届けしてまいります。

「地域密着が当店のモットーです。いつも食べ慣れている地元の新鮮な食材が手に入るからと、毎日のようにご来店くださる顔馴染みのお客様も多いんですよ。これからも、地域のお客様のニーズに応じて、地元で愛されるお店をめざしていきます」と、佐藤店長。

**地域の暮らしに密着
出品生産者さん大募集!!**



Aコープせみね店

営業時間 / 9:30~19:00
定休日 / 年始のみ

TEL / 0228-38-4111
住所 / 〒989-4521 宮城県栗原市瀬峰下田185-1

近隣地域の方々にとって、わが家の味を支えるかけがえのない存在でもある「Aコープせみね店」。

「地元には、おいしい農産物がまだまだたくさんあります。野菜の品揃えをさらに充実させるためにも、出品していただける生産者さんを大募集しています」とのこと。地元の生産者の皆さん、味自慢の採りたて野菜をぜひ出品してみませんか？

よるこびがつなく世界へ

KIRIN



とれたたてホップ
一番搾り



日本産ホップの旬のおいしさを、ぜひ。東北産のホップを使用した今だけの特別なビールです。

**2022年
11月1日(火)
新発売!**

※2022年に岩手県遠野市で収穫したての生ホップ「BUKI」を急速凍結し、使用しています。



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**

ランチタイムメニュー

Lunch time Menu

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勧めする『旬の食材』を料理長が素材を生かして調理いたします。

ドイチェスハウス ピア・レストラン



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!

・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 ※定休日/水・木曜日

1 プチデザート付 /
シェフおすすめ
ランチセット

ビーフシチュー
柔らかく煮込みました
ビーフシチュー・スープ・サラダ
[ライス] or [パン]
¥1,600 (税込)

ジャパンX
蔵王産ポーク使用
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]
¥1,360 (税込)

あか鶏のコンフィ
あか鶏のコンフィ・スープ
[ライス] or [パン]
¥1,360 (税込)

シンケンプレート
ウインナー・厚切りハム・スープ
[ライス] or [パン]
¥1,400 (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]
¥1,400 (税込)

和風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]
¥1,400 (税込)

日替りパスタ
本日のパスタ・スープ・サラダ
¥1,500 (税込)

ナポリタン
ナポリタン・スープ・サラダ
¥1,160 (税込)

オムライス
オムライス・スープ・サラダ
¥1,360 (税込)

お子様プレート
※小学生未満
[ジュース付]
¥500 (税込)

ドリンクバー
おかわり自由
¥300 (税込)
[ホット] or [コールド]
のいずれか、おかわり自由
¥400 (税込)
[ホット] + [コールド]
おかわり自由

ドイツ製の本格派地ビール
\飲みくらべ/
●仙南クラフトビール4種セット
(150mlグラス) ¥1,000 (税込)
—— 仙南クラフトビール各種 ——
●グラス400ml ¥600 (税込)
●グラス610ml ¥800 (税込)
●ピッチャー1,800ml ¥2,000 (税込)

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!
<https://www.ja-miyagisennan.jp/einou/1417.html>



自慢の
味噌を
ご賞味下さい



人気店自慢の“氷点麺”と まる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合わせもった麺。まるやかなコク深いスープは、最後まで飽きさせません。店内はカウンターその他、テーブル席・座敷席もあり、ゆっくりとお食事ができます。

- ◎オススメ
- ・みそラーメン 750円 (税込)
 - ・ねぎみそラーメン 850円 (税込)
 - ・しおラーメン 650円 (税込)
 - ・しょうゆラーメン 600円 (税込)
- 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



わが家の味

しそ巻き

ご飯のお供に、お茶請けに、酒のつまみに

柴田町 入間田地区農産加工組合 ばばの郷の皆さん



味噌だけでも、
揚げた後でも、
冷凍保存しておくとも便利



宮城を代表する郷土料理の一つである「しそ巻き」は、家庭の数だけレシピがあります。今回、わが家の味ならぬ「私たちの味」を教えてください

のは、柴田町の入間田地区農産加工組合「ばばの郷」の皆さん。「ばばの郷」では、しそ巻きや町特産のゆずを使ったゆずペーストなどを製造し、JAみやぎ仙南本店構内「産直会ふ・う・ど」、柴田町観光物産交流館「さくらの里」、イトーチエーンに出荷するほか、手作り弁当の注文販売を行っています。「食べ飽きない味」と老若男女に好

評の「しそ巻き」は、味噌に小麦粉とパン粉を加えるのがポイントです。パン粉が入ることで味噌がベタベタせず、まとまりやすくなります。また、作った味噌を平らにのばしてラップで包み、一度冷凍してから包丁で切ると作りやすいそうです。

「味噌を冷凍しておけば青しその枚数に合わせて作れるし、揚げた後によく油を切って冷凍しておけば、いつでも食べられます」。

青しそのパリパリ感と味噌の甘じょっぱい味は、ご飯のお供はもちろんのこと、お茶請けや酒のつまみにもよく合います。刻んだ青唐辛子を加えてピリ辛に仕上げるのもおすすめです。冷凍保存を活用して、作り置きしてみたいかがでしょうか。



入間田地区農産加工組合「ばばの郷」の皆さん

Recipe

— レシピ —

【材料】 作りやすい分量

味噌	500g	くるみ(細かく刻む)	適宜
砂糖	500g	粉末ピーナッツ	適宜
小麦粉	125g	すりごま	適宜
パン粉	125g	揚げ油	適量
青しそ	適量		



ここが
コツ!

味噌と青しその間に隙間ができないようにきつく巻きましょう。

【作り方】

- (1) 鍋に味噌と砂糖を入れて火にかける。
- (2) 砂糖が溶けたら、小麦粉、パン粉を加えてよく混ぜる。
- (3) 細かく刻んだくるみ、粉末ピーナッツ、すりごまを加え、さらに混ぜ合わせたら火を止める。
- (4) 味噌が冷めたら棒状に形を整えて青しそで巻き、つまようじに3個ずつ刺す。
- (5) 油をやや高温に熱し、両面をさっと揚げる。

読者プレゼント

応募締切日

令和4年12月5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) 新米



もっちり食感の新品種。嚼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。

提供 **株式会社パールライス宮城 様 5名様**
※表紙裏面と5ページに広告が掲載されています。
TEL 022-345-2877 黒川郡大和町まの
URL <http://www.pearl-rice.co.jp>

2 早摘みりんご Cidre Brut2021
(500ml・1本) ※20歳未満の方は応募いただけません。



宮城県オリジナルりんご品種「サワールージュ」をベースにしたスパークリングワインです。しっかりとした酸味が特徴で、早摘み由来のタンニンが味の奥深さを表現。伝統的手法である瓶内二次発酵により仕上げた辛口の微発泡シードルです。

提供 **Yuz farm & vineyard 様 3名様**
(ユズファーム アンド ヴィンヤード)
※4・5ページに記事が掲載されています。
刈田郡七ヶ宿町 URL <https://www.yuzfarm.com>

3 一番搾り とれたてホップ生ビール
(350ml・24缶) ※20歳未満の方は応募いただけません。



今年で発売19年目。岩手県遠野産ホップの旬のおいしさが楽しめる、今しか飲めない特別な「一番搾り」をぜひお楽しみください。

提供 **3名様**
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/>

4 地ビール&もも肉ハム・バラベーコンセット ※20歳未満の方は応募いただけません。



シンケンファクトリーにて醸造したこだわりのクラフトビールと、国産の豚肉を精魂込めて加工した自慢のハム・ベーコンのセットです。(地ビール330ml×2、もも肉ハム・ベーコン)

提供 **5名様**
JAみやぎ仙南 仙南シンケンファクトリー 様
※10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/einou/1417.html>

5 炊飯パックセット(4種各3個入り)
※白がゆ250g、白ぶかし・お赤飯・五目おこわ160g



JAいしのまき産「ササニシキ」ともち米「みやこがね」を使用した茶碗型パックご飯4種類セットです。白がゆはササニシキ100%、白ぶかし、お赤飯、五目おこわには「みやこがね」をブレンド。

提供 **4名様**
JAいしのまき営農部営農企画課 様
※11ページに記事が掲載されています。
TEL 0225-98-5558 石巻市中里

6 蔵王源流米
(5kg・1袋) 新米



霊峰蔵王の雪解け水を集めた「澄川」の清流が育てたお米です。大きな寒暖の差と、登熟期の昼夜の温度差が、更に味を良くします。特にこの「蔵王源流米」は、甘味と粘りがあり、冷めてもおいしいお米です。

提供 **5名様**
産直市場 みんな野 様
TEL 0224-33-3915 刈田郡蔵王町大字平沢

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。


- ご希望の賞品番号と賞品名
- アンケート
- 氏名(フリガナ)
- 郵便番号・住所
- 電話番号
- 性別
- 年齢
- 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ありません。

※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/> 

2022年10月 vol.49 秋号
▶次号のIGUNEは2023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。





国民が必要とし消費する食料は、
できるだけその国で生産する

国消
—こくしょうこくさん—
国産



こく しょう こく さん
推します「国消国産」

乃木坂46



乃木坂46と食や農業を学ぶ、動画やクイズを特設サイトで公開中

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 | |



【特設サイトQRコード】