

# IGUNE

イグネ

地産  
地消

食と農の情報誌

vol.52  
2023夏

## 特集

大崎耕土の恵みが育む

### 仙台牛

「旨いもの」づくりに Zoom in

JAみやぎ仙南管内 角田市

農事組合法人  
館島田生産組合

クローズアップ

夏に食べよう! ふるさと自慢の味  
仙台牛/たまねぎ/にら

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!

「道の駅かくだ」

農の食卓

JA新みやぎ

「デリッシュガスト」

わが家の味

爽やかな香りが食欲をそそる

夏野菜パスタの  
パセリソース和え

読者プレゼント

「仙台牛」など  
選りすぐりの賞品

0円  
無料



みちのく  
銘品

# 仙台牛



全農肉牛枝肉共励会

4年連続 令和元年・2年・3年・4年度

名誉賞受賞

全国肉用牛枝肉共励会

令和元年度

名誉賞受賞  
最優秀賞受賞

## 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PRキャラクター  
うしまさむね  
牛政宗くん



Instagram



仙台牛の  
魅力を  
配信!!

仙台牛

検索



URL <http://www.sendaigu.jp/>

仙台牛銘柄推進協議会・JA全農みやぎ

## 宮城野豚 みのり

**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

地産  
地消





大崎  
耕士の  
恵みが  
育む

# 仙台牛

J A 古川管内

大崎市古川

内藤 郁恵さん

就農と同時期に産まれた「まひる号」は一緒に成長してきただけに思い入れも強い。

「仙台牛」は宮城県が全国に誇るブランド牛。

その生みの親とも言えるのが、母牛を飼育して子牛を産ませ  
手塩にかけて子牛を育てる繁殖農家です。

親子で繁殖経営に取り組む大崎市古川の生産者を訪ねました。

父親の入院を機に  
Uターン就農を決意

豊かな水と肥沃な土地に恵まれた  
米どころ宮城県。その良質な稲わら  
を食べて育つのが「仙台牛」です。仙  
台牛は全国に数多あるブランド牛の  
中でも認定基準が厳しいことで知ら  
れ、県内の生産登録農家が肥育した  
黒毛和種のうち、日本食肉格付協会  
が定める牛枝肉取引規格で「A5」  
「B5」に格付けされたものだけに与  
えられる称号です。

産まれた子牛は生後10か月頃  
まで大切に育てられる。





黒毛和牛の等級の決め方

歩留等級(肉が取れる量) ←

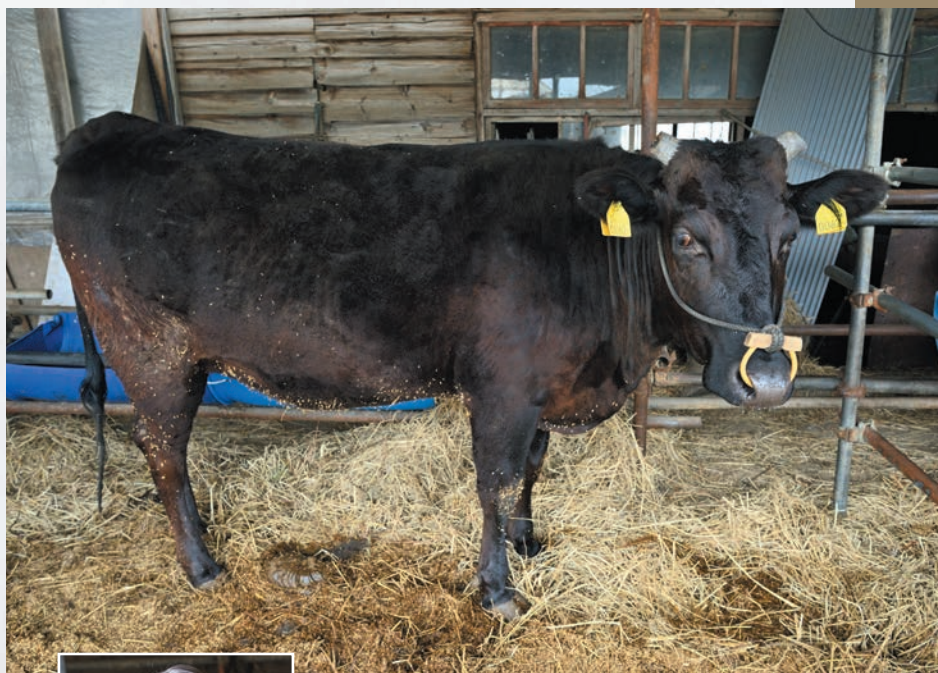
良 ↑

	A	B	C
5	A5 仙台牛	B5 仙台牛	C5 仙台黒毛和牛
4	A4 仙台黒毛和牛	B4 仙台黒毛和牛	C4
3	A3 仙台黒毛和牛	B3 仙台黒毛和牛	C3
2	A2	B2	C2
1	A1	B1	C1

肉質等級(霜降りの度合い等) ↑

「頭の牛からどれだけ肉が取れるかを表す歩留等級は、A〜Cの3等級で評価。肉質等級は「脂肪交雑」「肉の色沢」「肉の締まり及びきめ」「脂肪の色沢と質」をそれぞれ1〜5等級で評価し、その中で一番低い等級をもって格付けされます。肉質等級が5に限定されている仙台牛は、まさに最高レベルの肉質を備えているのです。加えてA5に格付けされる割合は、6割超と全国トップクラスを誇ります。これは繁殖雌牛の改良や肥育技術の向上など、生産者の努力の賜物です。

早苗田が輝く5月下旬、向かったのは大崎市古川。迎えてくれたのは、実家の鈴木牧場で両親とともに繁殖経営に取り組み内藤郁恵さんと母・



郁恵さんとともに全共県代表最終選考会に出場した「すいれん号」。

「北海道全共が第一目標。将来は両親が楽できるように、家ときれいな牛舎を建ててあげるのが最終目標です」と話す郁恵さん。

社して就農しました」。

畜産農家に生まれたものの、子どもの頃に餌やりの手伝いをした程度で畜産の知識・経験は一切なかったという郁恵さん。就農への迷いや不安はなかったかと尋ねると、「必死だったから。母と二人で毎日やるしかなかった」と笑って振り返ります。

それもそのはず、父・清治さんが入院した頃、牧場ではベビーラッシュが始まっていました。看病と牛の世話に追われる母娘の状況を知り、手を差し伸べてくれたのが獣医師や繁殖農家の仲間たち。出産から堆肥出し、さらに牛舎の修繕まで、周りのサポートがあったからこそ続けることができたといいます。

### 世話をした子牛が チャンピオン牛に

鈴木琴江さん。4代続く鈴木牧場では繁殖牛21頭を飼養しています。肉牛の生産は、母牛に人工授精で交配を行い産まれた子牛を生後10か月頃まで育てた後、子牛市場に出荷する「繁殖経営」、子牛を生後30〜32か月まで肥育した後、食肉市場へ出荷する「肥育経営」、繁殖から肥育まで行う「繁殖・肥育一貫経営」で行われます。

郁恵さんは2019年、削蹄師で

もある父・清治さんが急病で入院したことをきっかけに、仙台からUターン就農しました。

「父が入院して1か月位は母が一人で頑張って、仲間たちに助けてもらっていました。でも母も持病があり、父は退院の目途がつかない状態だったので、当時の職場の勧めで1年間の介護休業を取得し、手伝うことになりました。父は6か月で退院しましたが、すぐには体力が戻らなかったため退

就農から4年目、郁恵さんは牛舎の半分を任されています。鈴木牧場で生産される子牛は市場評価が高く、常に平均価格を上回るといいます。食肉市場でチャンピオン牛になったこともあり、A5に格付けされる割





合は7割を超えるとか。

「携わった牛がチャンピオン牛になるとうれしいです」と声を弾ませる郁恵さん。母・琴江さんは「秘訣は健康で大きな身体に育てること。そのためには毎日よく牛を見ることが大事」と語ります。

健康な子牛は健康な母牛から。鈴木牧場では毎年5月上旬〜11月

上旬まで、母牛の半数を市営鳴子放牧場に預けています。放牧は管理の省力化や飼料コストの削減になるほか、牧草地をのびのびと動き回った牛は足腰が強くなり、出産が楽になるといいます。

「山ガール(放牧した母牛)はひとりで産みます。初産の時に介助で引張ってもらった牛は次も引張ってもらえると嬉しい、子牛の足が出てくるとこつちを見るんです。そこで様子を見て、介助が必要かどうか判断します」と郁恵さん。

繁殖農家にとって、分娩事故を防ぐことは経営面でも重要です。郁恵さんは市内で同居する夫の実家から通っていますが、出産が近くなると牛舎に泊まり込んで分娩管理を行います。「母の経験によれば潮の満ち引きだというので、満潮の前後2時間を特に注意しています」。

また最近、獣医師のアドバイスを受けて出産2週間前から餌の量を調整。夜多く朝少なめに与えるようにしたところ、昼から夕方までに出産することが増え管理がしやすくなったそうです。

分娩事故は「心にこたえる」と話しながら、それを上回るのが牛をかわいと思う気持ちとやりがいです。「確

かに大変ですけど、仕事は大変なものと思ってるから苦にはならないですね。自分が手をかけた子牛を出荷して、高く売れるとやりがいを感じます」と持ち前のポジティブさで困難を乗り越えています。

### 悔しさをバネに

### 次は北海道全共へ

昨年開催された「和牛のオリンピック」こと第12回全国和牛能力共進会鹿兒島大会(鹿兒島全共)。郁恵さんは7月の県最終選考会で第2区(若雌の1)に初出場。手塩にかけた「すいれん号」とともに臨みましたが、結果は15頭中6位でした。大会では調教の難しさを痛感したといい、次へ活かすために10月の全国大会に応援団として遠征。現地でトップレベルの品評会を目の当たりにしました。

「会場の雰囲気全然違いました。出品牛がビシッと並んでいるのが圧巻だったし、コロナで声を出せないのに応援している人たちの熱量を感じました。次は出品者として行きたいです」と大きな刺激を受けた様子。



「仙台牛は一度食べればおいしさが分かります。ぜひ食べてみてください」と肉藤郁恵さん、母・鈴木琴江さん。琴江さんは「全国モーター母ちゃんの集い」に参加するなど業界振興のために精力的に活動する。

次回大会は2027年、北海道で開催されます。高齢化・後継者不足によって繁殖農家が年々減少している中、頼もしい担い手・郁恵さんの新たなチャレンジが始まっています。



「旨いもの」づくりに  
Zoom in

梅干し、梅酒、梅シロップ etc .  
梅が回る時期にしかできないのが梅仕事です。  
県内有数の梅の産地、角田市の生産者を訪ねました。

梅酒や梅シロップに適した  
大粒サイズの「白加賀」。



物見壇果樹団地の梅畑では「白加賀」「南高」を栽培している。

# J A みやぎ仙南管内 角田市 農事組合法人 館島田生産組合

東京から移住した  
若き担い手の挑戦

梅雨入り間近の6月上旬、角田市  
内の梅畑で迎えてくれたのは農事組  
合法人館島田生産組合・大泉太貴彦  
さん。組合員26人で構成する館島田  
生産組合は、米、大麦、大豆、長ねぎ、  
梅、赤しその生産をはじめ、梅干しや  
長ねぎの加工品の製造、産直市場  
「館島田ゆうらく会」の運営など、生  
産から加工・販売までを行っています。  
4年前に加入した大泉さんは神奈  
川県藤沢市出身。東京の大学に進学  
し、大学生活の中で農業のアルバイト  
を経験したことから農業に強い興味  
を持ったといいます。しかし卒業後は  
不動産業界へ就職。その後、角田市  
出身の妻と結婚し、出産をきっかけに



「自分と同じ若い世代の人にも梅干しを  
食べてもらいたい。特に夏は塩分補給  
にぜひ梅干しを食べてほしいです」と  
話す農事組合法人館島田生産組合・  
大泉太貴彦さん。

自然のあるところで子育てをしたい  
と移住を決意。農業を始めたいと考  
えていた大泉さんのもとへ館島田生  
産組合から誘いがあり、移住と同時  
に就農しました。

「移住した時は何を作りたいとい  
うのはなかったんですが、移住してみ  
ると角田市には梅という他の地域にな  
いものがあり、そこが面白いと思いま  
した」。現在、大泉さんは長ねぎ、梅、  
赤しその生産を任されており、栽培  
管理からパート従業員の勤怠管理、  
加工品の製造、さらに販路開拓まで、  
若き担い手として奮闘しています。

後継者のいない梅畑を  
引き継いで産地を守る

「今年は天候に恵まれて豊作です。  
実も例年より大きいです」。館島田生  
産組合では、借り受けた市内3か所



館島田生産組合  
Instagram





小さな実を一つひとつ摘み取る。高い位置のものは地面にシートを敷き、木を揺らして落とすそう。

の梅畑1.5ヘクタールで年間10トンを生産しています。主な品種は「越の梅」「白加賀」「南高」。最も多い「越の梅」は中粒サイズで梅干しの加工に適した品種。果肉が多く、柔らかいのが特徴です。大粒サイズの「白加賀」は、梅酒や梅シロップなどの加工にしています。同じく大粒の「南高」は青梅なら梅酒や梅シロップなどの加工に、黄色くなった完熟梅は梅干しの加工に適しています。

梅栽培の一年は、収穫終了後すぐに翌年の準備が始まります。「お礼肥」といつて収穫した後すぐに、実で摂った栄養分を土に還すための追肥をし

ます。肥料はお礼肥と実をつける前の2回まきます。土作りに堆肥を使いたいと考えているものの、堆肥の中のミミズを求めてイノシシが畑を荒らすため、現在は梅専用の化成肥料を使用しているそうです。

重要なのが12月頃に行う剪定作業です。「枝を上には伸ばさないように、そしてコブを取ることに注意しています」とコブを指さす大泉さん。梅の木は、横に広がるように枝を伸ばすのがポイントの一つ。剪定時に枝の根本を残して切るとコブになり、養分の流れが悪くなって枝の先端に栄養が行き渡りません。引き継いだ木にはコブになっている箇所があり、仕立て直しを行っているといいます。

花が咲いた後に実をつけるためには受粉が不可欠です。梅は同じ品種同士では受粉しても結実しない「自家不結実性」を持つ品種が多く、受粉樹を混植して昆虫や風の力で受粉を行います。そして結実したら、青梅は6月初旬～中旬、梅干し用の完熟梅は6月下旬～7月初旬に収穫。館島田生産組合では手で一つひとつ摘み取り、傷のあるものを取り除いてから選果機を通して選別し、出荷作業を行います。

## 梅干しの販路を拡大して 角田市をPRしたい

「梅干部会が作る梅干しは塩分濃度が16%以上と決まっており、カビの生えない塩分濃度になっています」。角田市で作られる梅干しは、赤しそと塩のみを使用した昔ながらの赤く酸っぱい味の特徴。大泉さんは角田梅干部会に所属し、伝統の味を受け継いでいます。梅干しは約半年間漬けていますが、漬け込み期間が短いと塩分濃度が高くなりすぎるため、必ず出荷前に塩分濃度を測定するそうです。

「目標は角田市で一番多く梅干しを作る団体になること。そして各地に売るための販路を開拓していきたいです。東北には梅の一大産地がないので、梅といえば宮城、つまり角田にならばいいなと思っています」と大泉さんは梅干し作りに情熱を注ぎます。館島田生産組合の梅干しは「道の駅かくだ」「仙台市「みやぎ・みちのくカイタク市場」などで購入可能です。ぜひ手に取ってみてください。



**「キュウリビズ」で夏を涼しく過ごしましょう**

**キュウリビズ**  
おひとつどうぞ。

東北のきゅうりで、夏を涼しく。

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くこと、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!



収穫した青梅は鮮度が良い状態で出荷する。





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

彩り豊かな夏野菜が出揃いました。  
旬の野菜は栄養価が高く、価格も安くなります。  
ビタミン・ミネラルが豊富な食材を上手に取り入れて  
今年も暑い夏を乗り切りましょう。

# 夏に食べよう! ふるさと自慢の味。

## 仙台牛のすき焼き丼

調理時間 25分 エネルギー 875kcal/1人分



### <材料> 2人分

牛すき焼き用(切りおとし肉でも可)  
..... 300g  
長ねぎ ..... 1本  
春菊 ..... 50g  
生しいたけ ..... 2枚  
糸こんにゃく ..... 1/2袋  
(煮汁)  
砂糖 ..... 大さじ1  
酒 ..... 大さじ2  
みりん ..... 大さじ2  
しょうゆ ..... 大さじ3  
水 ..... 大さじ4  
かつおだし(顆粒) ..... 小さじ1/2

温かいご飯 ..... 2杯分  
温泉卵 ..... 2個  
紅生姜 ..... 適宜



### <作り方>

- ①長ねぎは1cm幅の斜め切り、春菊は5cm長さ、生しいたけは石づきを切り落とし、2等分のそぎ切りにする。糸こんにゃくは下ゆでしてから5cm長さに切る。  
◆糸こんにゃくは下ゆでしてアク抜きしておきます。
- ②フライパンにサラダ油小さじ1(分量外)を加えて中火で熱し、長ねぎを加えて炒める。しんなりしたら端に寄せ、牛肉を加えさっと炒め、(煮汁)の材料の砂糖と酒を最初に加えて混ぜる。残りの

- (煮汁)の材料を加えて煮立たせ、糸こんにゃく、生しいたけを加えて中火で5~6分程煮込む。最後に春菊を加えて一煮立ちさせる。  
◆牛肉は砂糖と酒を最初にまぶす事で柔らかく仕上がります。  
③井にご飯をよそって具を盛り付け、温泉卵をのせ、お好みで紅生姜を添える。  
◆煮汁のタレもおいしいので、ご飯にかけて召し上がってください。

仙台牛を甘辛いタレで煮込みました。しっかり味の染み込んだ牛肉がご飯によく合います。温泉卵を絡めていただくとまるやかになります。

## 仙台牛 ..... 県内各JA

宮城県が誇るブランド牛「仙台牛」は、日本食肉格付協会が定める枝肉取引規格でA5、B5に評価された牛肉だけに与えられる称号。食味は口当たりが良く柔らかで、まろやかな風味と豊かな肉汁が特徴です。同じ肥育方法で育てられながら、C5、A4、B4、A3、B3に評価された牛肉は「仙台黒毛和牛」と称されます。

- ◎栄養素／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／脂肪が白色か乳白色、赤身に脂身の境界がはっきりしているもの、トリップが出ていないものを選ぶ。





# 新たまねぎとコーンのかき揚げ

調理時間 30分 エネルギー 320kcal / 1人分



たまねぎとコーンの甘みがおいしいかき揚げです。たまねぎは水分が多いので、最初に薄力粉をまぶしてから天ぷら衣を加えるのがコツです。おやつやおつまみにもぴったりです。

**たまねぎ** … JAみやぎ亘理・JA名取岩沼  
JAみやぎ登米・JAみやぎ仙南 ほか

たまねぎを切ると涙が出るのは、硫化アリルの一種アリシンが目や鼻の粘膜を刺激するため。アリシンには血中のコレステロール値の上昇を抑え、血液の凝固を抑制する働きがあります。またビタミンB1の吸収率を高めるので、ビタミンB1を含む豚肉やにんにく、カツオなどと一緒に食べると効果的です。

- ◎栄養素 / 香り成分アリシンが血中のコレステロール値の上昇を抑え、血液が固まるのを抑制し血液をサラサラにする。
- ◎選び方 / 一般的に流通している黄たまねぎは、外皮につやがあり乾いているもの、首が細く締まっているものを選ぶ。



## <材料> 2人分

- たまねぎ …………… 1/2個
- とうもろこしの実(冷凍コーンでも可) …………… 1/2カップ
- ちりめんじゃこ …………… 20g
- 打ち粉用薄力粉 …………… 大さじ2

- (天ぷら衣)
- 炭酸水または冷水 …………… 1/2カップ弱
- 市販の天ぷら粉 …………… 1/2カップ
- 揚げ油 …………… 適宜
- 天つゆ/塩 …………… 各適宜



## <作り方>

- ①たまねぎは皮をむいて縦に2等分し、繊維に沿って7~8mmの薄切りにする。
- ◆具材は洗ったらよく水気を拭いておきましょう。
- ②ボウルにたまねぎととうもろこしの実、ちりめんじゃこを加え、全体にしっかり薄力粉をまぶし、冷蔵庫で10分程休ませる。別のボウルに冷たい炭酸水と天ぷら粉を加え、さっくりと混ぜて(天ぷら衣)を作る。
- ◆具材に粉をまぶしておくとは着剤になり、バラバラに散らばりません。



- ③具材のボウルに天ぷら衣を加えて全体を混ぜる。フライパンに3cmほど揚げ油を加えて170℃に熱し、木べらに適量のせてすべらせるように入れる。何度か返ししながらカラツとなるまで揚げる。油を切って器に盛り、天つゆや塩などでいただく。
- ◆揚げ油に具材を入れたら、表面がかたまるまでは返さないようにしましょう。



# にらのチヂミ

調理時間 30分 エネルギー 980kcal / 1枚分

にらとシーフードミックスが入った旨味たっぷりの海鮮チヂミです。薄い衣でカリッと焼いて仕上げ、さっぱり酢しょうゆでいただきます。

**にら** …………… JA古川・JAみやぎ登米 ほか

スタミナ野菜として知られるにらは、「古事記」や「万葉集」に登場するほど古くから食べられています。βカロテンをはじめ、ビタミンCやカリウムなどビタミン・ミネラルをバランス良く含み、独特な香りと辛味の成分であるアリシンには疲労回復効果のあるビタミンB1の吸収を助ける働きがあります。

- ◎栄養素 / 体内でビタミンAに変換するβカロテン、ビタミンC、E、K、カリウム、カルシウム、葉酸、食物繊維など。
- ◎選び方 / 葉先までピンとしているもの、葉が濃い緑色で、幅が広く肉厚なもの、切り口が乾燥していないものを選ぶ。



## <材料> 1枚分

- にら …………… 50g
- たまねぎ …………… 1/6個
- シーフードミックス(解凍したもの) …………… 100g
- (衣)
- 薄力粉 …………… 大さじ4
- 片栗粉 …………… 大さじ3
- しょうゆ …………… 大さじ1
- 溶き卵 …………… 1個分
- 水 …………… 大さじ2
- 鶏がらスープの素 …………… 小さじ1
- ごま油 …………… 大さじ2



- (タレ)
- しょうゆ、酢 …………… 各大さじ1
- ねぎのみじん切り …………… 大さじ1
- 白ごま、一味唐辛子 …… 各適宜



## <作り方>

- ①にらは3cm長さに切る。たまねぎは薄切りにする。シーフードミックスは解凍し、片栗粉と塩で揉み込み、冷水で良く洗う。水気をしっかり拭き取り、片栗粉大さじ1(分量外)をまぶしておく。(タレ)の材料は合わせておく。
- ◆シーフードミックスは片栗粉で打ち粉をしておくとも縮みにくくなります。
- ②ボウルに(衣)の材料をすべて入れて混ぜ、①を加えてよく混ぜる。
- ◆生地はつなぎ程度に少なめにすると軽く仕上がります。
- ③フライパンにごま油大さじ1を加えて弱火で熱し、具材を平らに流し入れる。時々ゆすりながら、下面がきつね色になるまで3分ほど火を通す。返してフライパンのふちからごま油大さじ1を加え、フライ返しで押さえながらカリツとなるまでさらに3分ほど焼く。器に盛り、タレをつけていただく。
- ◆食べやすく切ってから2度焼きすると、さらにカリッと仕上がります。





産直マーケット  
のご案内



# 「道の駅かくだ」 元気のもとを買いにいきましたよ!



角田名産の梅干しも品揃え豊富。



角田市の仙南シンケンファクトリー、岩沼市の希望の丘醸造所、両社のクラフトビールがズラリと並ぶ。

## 季節のアイデアいっぱい

## 出合いを楽しむ道の駅

4年前のオープン以来、仙南エリア屈指の行楽スポットとして注目を集め続ける「道の駅かくだ」。

建物内にある直売所には、角田市や近隣地域の生産者さんが、手塩にかけて育てた採りたての野菜や果物を数多く出荷しています。

多彩な品揃えの中でも有名なものが、

初夏に出回る、糖度と酸味のバランスが良い「適熟トマト」や、例年開催される販売会で驚きの集客力を誇る「青梅」など。そういった、野菜の旬やイベントを狙って出かけるのも名案ですが、いつ行っても、その日の旬が見つかるのが産直のいいところ。地元の農産物を原料にした特産加工品の豊富なラインナップも見応えがあり、特に、質の良い地元産の梅を使い、昔ながらの作り方にこだわった梅干しや、好みの味わいが選べる地ビールなどは、定番の人気商品となっています。

## 話題!! 開店待つ行列

## 名物の味噌ラーメン

「県内外からの観光客はもちろん、地元の方にもさらに愛される道の駅をめざしています」とは、「道の駅かくだ」スタッフの伊藤由紀さん。

昨年度の来場者数は約90万人と

これが!  
イチオシ!



おふでちゃんバター最中 1個230円(税込)

伊達政宗公の次女で、角田石川家3代目当主石川宗敬公へ嫁いだ牟宇姫。愛用の筆の妖精である角田市PRキャラクター「おふで」ちゃんがプリントされた、大人気のバター最中です。あまじょっぱさがクセになるおいしさ。入荷は水曜と金曜。売却切免。

旬の!  
オススメ!



もも・夏野菜

新鮮な採れたて「夏野菜」やジューシーな「もも」は7月下旬から8月いっぱいが出荷の最盛期。鮮度の良さがおいしさの決め手です。午前中で売り切れることも多いので、確実にゲットしたい人はお早めにお出かけ。

新型コロナウイルス  
感染拡大防止に  
ご協力を。

道の駅かくだ







開放的なフードコート。



「かくだの味噌ラーメン」(税込930円)は、本格札幌味噌ラーメン。何度でも食べたくなる味。



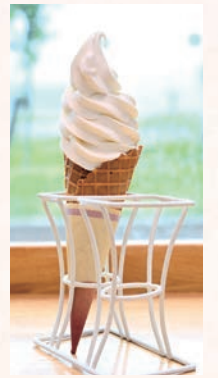
過去最高を更新。地元市民のファンや、ピーターを増やしたきっかけの一つが、直売所の隣で本格グルメを提供するフードコート。その一番人気メニューが、「1日90食限定」かくだの味噌ラーメン」です。以前、角田市内のラーメン店で親しまれた味を復活させたおしきは、平日の開店前から券売機に行列ができるほど。食事以外にも、毎月第二火曜にはフラワーアレンジメント体験ができた(要申込)と、地元の人々のお腹や心を満たす、憩いと交流の場になっています。

この夏も、新しいお楽しみを見つけに、何度でも行きたくなりそうな予感。ますます目が離せない「道の駅かくだ」なのでした。



道の駅かくだ スタッフ  
伊藤 由紀さん

地元の方にも愛される道の駅をめざし、多彩なイベントを積極的に展開しています。隣接するドッグランや交通公園、お絵描きロードなど、ご家族で楽しめるので、夏休みのおかけにもぴったりですよ。



人気の「角田丸森産牛乳ソフト」(税込300円)。

**道の駅かくだ** 定休日 / 年中無休(12月31日・1月1日は休館) TEL / 0224-61-2850  
住所 / 〒981-1504 宮城県角田市枝野字北島81-1

営業時間 / 【夏季(4月～10月)】直売所 … 9:00～17:30  
フードコート … 11:00～15:00 (ラストオーダー 15:00) (Kスポカフェ / 10:00～16:30)  
【冬季(11月～3月)】直売所 … 9:00～17:00  
フードコート … 11:00～15:00 (ラストオーダー 15:00) (Kスポカフェ / 10:00～16:30)

よろこびがつながる世界へ

# KIRIN

**新**  
おいしい!

おいしいとこだけ  
搾っています。

**KIRIN'S PRIME BREW**  
**KIRIN BEER**  
**一番搾り**  
Brewed from only the first press of genuine malt for a crisp, first press of genuine delicious flavor.  
〈麦芽100%〉 お酒



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





1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。

# Lunch time Menu

・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

JAPAN X.

ポークロースのソテー



ライスorパン ¥1,360 (税込)

和風ハンバーグステーキ



ライスorパン ¥1,400 (税込)

ハンバーグステーキ



ライスorパン ¥1,400 (税込)

ビーフシチュー



ライスorパン ¥1,980 (税込)

ナポリタン



¥1,160 (税込)

女性に人気! おまかせパスタ



※写真はイメージです ¥1,500 (税込)

鶏のコンフィ



ライスorパン ¥1,360 (税込)

シンケンプレート



ライスorパン ¥1,400 (税込)

オムライス



¥1,360 (税込)

お子様プレート



※小学生未満 ¥500 (税込)

ドリンクバー おかわり自由



¥300 (税込)

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)

3種ソーセージ 1人前 ¥600 (税込)



ソーセージ3種盛合せ 2~3人前 ¥1,600 (税込)

ライス おかわり自由

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合わせもった麺。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 ..... 800円 (税込)
  - ・ねぎみそラーメン ..... 900円 (税込)
  - ・しおラーメン ..... 700円 (税込)
  - ・しょうゆラーメン ..... 650円 (税込)
  - ・餃子 ..... 350円 (税込)

## 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





デリッシュガスト プレーン/行者菜(冷凍商品)  
内容量:各100g 希望小売価格/各450円(税込)

お買い求め先

JAグリーンあさひな、元気くん市場仙台南店

JAグループ宮城6次産業化サポート

のうのしょくたく  
**農の食卓**

vol.14

意欲のある生産者が、自分で生産した農畜産物を加工して、自ら販売するケースが増えています。これを「6次産業化」といい、農林水産業などの第1次産業に、食品加工の第2次産業と流通・販売の第3次産業の数字を掛けると6になることから、そう呼ばれています。



## しいたけの旨味を効かせた 宮城野豚100%ソーセージ

「元気くん市場仙台南店3周年記念祭で試食販売を行ったところ、香りの良い『行者菜』が人気でした。食べるとおいしいと言っていただけの商品です」と話すのは、JA新みやぎあさひな統括営農センター営農支援課長・堀籠洋子さん。

大和町の特産品である菌床しいたけの旨味を効かせた「デリッシュガスト」は、宮城野豚(ミヤギノポーク)100%の粗挽き肉を使用し、発色剤・着色料を使わずに作る無塩せきソーセージ。しいたけの生産工程で廃棄される軸を有効活用するために開発された6次産業化商品です。

軸は乾燥させてパウダーに加工したものを使用。製造を委託する町内の手作りソーセージ工房「コブレンツ」で生地に練り込んでいます。豚肉に含まれる旨味成分「イノシン酸」にしいたけの「グルタミン酸」、干しいたけの「グアニル酸」が加わり、旨味の相乗効果で奥行きのある味わいを楽しめます。また、しいたけ特有の香りも少なく、苦手な方にもおすすすめです。

商品はシンプルな味付けの「プレーン」、町内で生産される行者菜を加えた「行者菜」の2種類。行者菜は行者にんにくとミラを掛け合わせた栄養価の高い野菜で、香りは強いものの、にんにくのように匂いが残らないのが特徴です。茹でてもおいしいですが、皮に焼き色がつくまで焼くとパリッとした食感に香ばしさが加わり、いっそうおいしく味わえます。ぜひ一度お試しください。



お話しをしてくださったのは  
JA新みやぎあさひな統括営農センター  
営農支援課  
課長 堀籠洋子さん  
安達恵子さん

「デリッシュガストは発色剤・着色料を使っていない安全・安心な無塩せきソーセージです。特に「行者菜」は香りが良く、お酒のつまみに最適です。ポトフに入れてもソーセージから旨味が染み出しておいしいです」



爽やかな香りが食欲をそそる

# 夏野菜パスタの パセリソース和え

石巻市桃生町在住 齊藤 みきさん



## もやしをたっぷり使って かさ増し&栄養価アップ

今回わが家の味を披露してくれたのは、JAIのまき女性部桃生地 区部長・齊藤みきさん。これまで活動の幅は限られていましたが、「自粛していた料理教室や食育活動も再開したいですね」と今年度の活動を楽しみにしています。

家庭でもよくパスタを作るという齊藤さんが紹介してくれたのは、夏野菜を使ったジエノベーゼ風パスタ。ジエノベーゼはバジルと松の実を使用しますが、代わりにパセリとくるみを使ってソースを作ります。「バジルよりパセリを育てている家庭が多いと思います。パセリでも十分香りが立ちますよ」。

齊藤さんが作るパスタは、麺の代わりにもやしをたっぷり入れるのがポイント。もやしは栄養豊富でポリウムがあるの、麺の量を減らしても食べ応えは十分。美容と健康を意識する人におすすです。もやしは一般的なものより細くて長いブラックマッペもやしを使用し、麺を半分に折って茹でると麺ともやし絡みやすくなります。

「パセリソースは冷蔵庫で3〜4日

間保存できます。フライパンで焼いた鶏肉にこのソースをかけて食べてもいいです」。新じゃがいもといんげんを使用しますが、好みの夏野菜でOK。爽やかな香りが食欲をそそる夏にぴったりの一品です。



### ここが コツ!

パセリソースは  
なめらかになるまで  
かくはんしましょう

#### 【作り方】

- (1) パセリソースを作る。飾り用にパセリを少し取っておく。ミキサーにパセリ、くるみ、んにく、塩・こしょうを入れ、オリーブオイルを3回に分けて加え、なめらかになるまでかくはんする。
- (2) ジャがいもは4等分、いんげんは3等分に切る。
- (3) パスタを茹でる。鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩(分量外)を入れる。ジャがいもを入れて半分ほど火が通ったら、パスタを半分に折って入れ、表示時間より1分短く茹でる。茹で上がる2分ほど前にいんげん、もやしを加えて一緒に茹でる。
- (4) 湯切りをしたパスタにソースを加えて混ぜる。器に盛り、パセリを飾り、粉チーズをかけて、ウインナーソーセージを添える。



## Recipe

— レシピ —

#### 【材料】 2人分

##### パセリソース

パセリ	50g	オリーブオイル	100ml
くるみ	40g	塩・こしょう	適量
んにく	1片		

##### 夏野菜パスタ

パスタ	100g	もやし(ブラックマッペもやし)	200g
新じゃがいも(中サイズ)	2個	粉チーズ	適宜
いんげん	100g	ウインナーソーセージ	適宜



# 読者プレゼント

応募締切日 **令和5年9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 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ました品です。どうぞ、ご堪能ください。

提供 **3名様**  
株式会社マルイ様  
※表紙裏面に広告が掲載されています。

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

- 鮮ど太助市内・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 館島田の梅干し**  
(270g・1パック)

角田市産の梅干しは、赤しそと塩のみを使用した昔ながらの赤く酸っぱい味が特徴。角田の伝統の味を受け継いだ梅干しです。

提供 **3名様**  
館島田生産組合様  
※4・5ページに記事が掲載されています。

TEL 0224-86-5033 角田市島田

**3 キリン一番搾り生ビール**  
(350ml・24缶)

「一番搾り」が新しく、さらにおいしくなりました。一口目に感じる「麦のうまみ」を強化しながら、「雑味のない後味」に磨きをかけ、「もう一口飲みたくなるおいしさ」を実現しました。

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/>

※20歳未満の方は応募いただけません。

**4 地ビール&もも肉ハム・バラベーコンセット**

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>

※20歳未満の方は応募いただけません。

**5 宮城県産「ササニシキ」**  
(5kg・1袋)

さっぱりとした程よい硬さの食感と飽きのこないおいしさで、お寿司や和食との相性ぴったりなお米です。

提供 **5名様**  
JA全農みやぎ様  
TEL 022-264-8381 仙台市青葉区上杉  
URL <https://www.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。

- 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 <http://igune.jp/>

## IGUNE ホームページ

スマホで位置情報をゲットして、ナビでJAグループ直売所へ行ってみよう!

ホームページでは本誌に収まり切れなかった情報が満載!! 県内の美味しいイベント情報も随時更新中

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/>

2023年7月 vol.52 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](mailto:ja-print@japsendai.co.jp)

発行人 猪股泰彦

▶ 次号のIGUNEは2023年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、輸送マイルージ低減によるCO<sub>2</sub>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。





梅澤 美波



賀喜 遥香



久保 史純里

自分たちが食べる食料は、  
できるだけ自分たちの国でつくる

こく しょう こく さん

# 国消国産

白くて豊かなお米、まろやかでコクのある牛乳、新鮮でヘルシーな野菜、みずみずしくて爽やかな果物、うまみがぎゅっと詰まったお肉、味わい深いお茶、そして骨に元気を与える美しいお花。

自分たちが食べる食料は、できるだけ自分たちの国でつくる。

そんな、「国消国産(こくしょうこくさん)」という考え方が、いま改めて注目されています。

現在の日本の食料自給率はカロリーベースで38%。約6割を輸入に頼っている状況です。

もしも日本の農家さんが少なくなり、海外からの輸入も制限されてしまったら……

わたしたちが食べるものはなくなってしまってもいいかもしれません。

これからも、この日本という土地で豊かな笑いが溢れることのないように、おいしい食卓と、その食卓を囲む笑顔が増えることのように。

そのために、わたしたちができることってなんだろう？

乃木坂46は、国産の食材を「おいしく笑顔でいただくこと」で、農家の皆さんを応援します。



与田 祐希



山下 美月



秋元 真夏

推します、国消国産。

日本の未来を支える農業。乃木坂46は、JAグループの「国消国産」を応援します。



メンバーが生産現場で奮闘する動画を公開中！  
楽しんで学べるコンテンツがたくさん！  
ぜひアクセスしてください！

乃木坂46 国消国産



JAグループ

耕そう、大地と地域のみらい。

46  
乃木坂

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