



食材王国みやぎ通信 2018年4月号



Miyagi-Kirinプロジェクト(通称 M・Kプロジェクト※)が
おすすめする4月の食材は
「コウナゴ」と「竹鶏たまご」「JAPAN X」です！
ぜひ、宮城県産食材をお使いいただき、
地産地消を推進しましょう！

● 毎月第1金・土・日曜日は、「食材王国みやぎ地産地消の日」です。

【コウナゴ】 主な産地：仙台湾～三陸沿岸

コウナゴとは？

コウナゴ(小女子)はイカナゴ仔稚魚の総称で、成長したイカナゴを、浜ではメロウド(女郎人)と呼んでいます。イカナゴはスズキ目イカナゴ科に属する魚です。背面が灰色で腹面が白く、細長い形をしています。また、ウナギやフグのように腹びれがないのが特徴です。

水温が高い時期には夏眠といい、底質の砂の中に潜って過ごします。この間はエサも食べず、ただひたすら寝ます。体長は20cmほどになり、寿命は6年程度とされています。



三陸沿岸に春告げる、コウナゴ

春のプランクトン増殖期に成長するコウナゴは、胃の中にたくさんのエサが入っています。そのため、消化管の中に消化酵素がたくさん分泌されていて、漁獲後にはコウナゴそのものを分解してしまうため(自己消化)、鮮度が極めて落ちやすい魚です。

コウナゴもメロウドもそのままでは魚屋さんに並ぶことは少なく、コウナゴはシラス干しと同じように釜ゆでにして干したのものや、さらに甘露煮風の佃煮にしたもので流通することが多くなっています。宮城でも、コウナゴを使った干物や佃煮など、水産加工品が多く作られています。



春の味覚、みやぎのコウナゴをぜひご賞味ください。

コウナゴとカリカリ油揚げの和風ピザ



材料(2人分)

- ◆コウナゴ：大さじ2(10g) ◆油揚げ：2枚(60g) ◆ぶなしめじ：1/4パック(25g)
- ◆長ねぎ：1/3本(30g) ◆溶けるチーズ(ピザ用チーズ)：20g
- <A>
- ◆ハウス特選本香り 和からし：小さじ1(5.9g) ◆マヨネーズ：大さじ2
- ◆しょう油：小さじ1/4

作り方

- 【1】油揚げは長辺一辺を残した三方から包丁を入れ開く。ぶなしめじは小房にわける。長ねぎは斜め薄切りにする。
- 【2】厚めのポリ袋にAの調味料を混ぜ合わせる。
- 【3】開いた油揚げの内側を上にして【2】のポリ袋の角を小さく切っておよそ1/3量を絞り出し、ぬる。その上にぶなしめじ、長ねぎ、コウナゴ、チーズをのせ、オーブントースターで10分程度焼く。
- 【4】残した【2】のソースを、焼きあがった【2】に絞り出す。

レシピ提供：ハウス食品株式会社

平成29年度「食材王国みやぎ」推進優良活動表彰(ブランド化部門)大賞

平成30年2月6日に「食材王国みやぎ」推進パートナーシップ会議第9回大会が開催され、地産地消や「食のブランド化」に取り組む団体が表彰されました。ブランド化部門において先進・模範事例として、大賞を受賞された2組の取組みとおいしい食材をご紹介します。

【竹鶏たまご】竹の恵みと愛情たっぷり白石蔵王産たまご

消臭効果をもつ竹炭を使用した飼料・水を与えて生産したブランド卵「竹鶏たまご」。
竹鶏たまごは、くさみがなく、濃厚な味わいで、また、たまごが苦手な方でも食べやすく、毎日食べても飽きのこない味わいが特長です。
「竹炭」を「餌・水・空気」に活用し、美味しさだけでなく、安全で安心なたまごをお届けしています。



- 餌に** → 栄養満点の餌に一定の割合で竹炭を混ぜることにより、くさみのないたまごに。
- 水に** → 竹鶏ファームで使う水は、全て、竹炭で浄化。鶏の健康のもとです。
- 空気** → 鶏舎の周囲に竹炭を配置し、空気を綺麗に。

水が澄んでいて雄大な自然が広がる蔵王のふもと、白石市の養鶏場から届く、「竹鶏たまご」をぜひ、ご賞味ください。

◆お問い合わせ◆

有限会社竹鶏ファーム
住所: 宮城県白石市福岡深谷字児捨川向1-2
電話: 0224-25-2814

【JAPAN X】日本ブランドのうまい豚

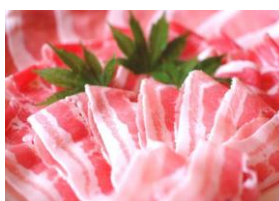
「JAPAN X」は、「ストレスフリーの生育環境と無農薬等のこだわった飼料により飼育」、「通常より早い段階で出荷」、「仙台中央食肉卸売市場での格付時に上物と判定」等の条件を満たした銘柄豚で、「肉質の柔らかさ」、「安心・安全」、「ミディアムな状態でも食せる」ことが特徴です。



JAPAN X[®]
The Country Pork From Zoo, Japan since 1969

納入先に1件1件足を運び、納入先との考え方が一致することを重要視し、消費者 ニーズの把握やブランドイメージ管理を図っています。

「日本の意地を見せたい。それも宮城から。「うまい」を届けたい。」そんな挑戦と情熱を注ぐ生産者の想いから誕生した「JAPAN X」をぜひ、応援ください！



◆お問い合わせ◆

丸山株式会社 産直食肉センター
住所: 宮城県角田市江尻巻向136-2
電話: 0224-68-3615

ウフ・マヨ

(ゆでたまごソース)



レシピ提供: 味の素株式会社

材料(4人分)

- ◆卵: 4個 ◆ブロッコリー(ゆでたもの): 1個分 ◆パン: 適量
- <A> ◆ピュアセレクト マヨネーズ: 大さじ4 ◆牛乳: 小さじ1
- ◆おろししょうが(チューブ): 少々
- ◆粗びき黒こしょう・好みで: 適量
- ◆ピュアセレクト マヨネーズ: 大さじ4 ◆牛乳: 小さじ1
- ◆カレー粉: 小さじ1/2 ◆白こしょう: 少々 ◆ペビーリーフ: 適量

作り方

- 【1】卵は室温にもどし、沸騰したお湯に入れて6分ゆでる。流水で十分に冷やして殻をむき、半分に切る。
- 【2】A、Bはそれぞれ混ぜてマヨネーズソースを作り、Aには好みで粗びき黒こしょうをふる。
- 【3】器に【1】のゆで卵、ペビーリーフ、ブロッコリー、パンを盛り、【2】のソースを添える。

* ゆで卵の黄身の上にマヨネーズソースをかけてお召し上がりください。

※ M・Kプロジェクトとは...

平成18年キリン一番搾り生ビールのテレビCMで「宮城の牡蠣」篇を放映することを契機に、宮城県とキリンビール株式会社との間で、お互いの有する得意分野を活用しながら県産食材のPRを行い、地産地消や販路拡大の推進に連携して取り組むことを目的に立ち上げたプロジェクトです。