

Miyagi-Kirinプロジェクトが毎月のおすすめ食材&レシピをご紹介します♪
宮城県産食材を使って地産地消を推進しましょう！



Miyagi-Kirinプロジェクト
(通称:M・Kプロジェクト)

キリン一番搾り生ビールテレビCMの宮城篇放映をきっかけに、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。

2月のおすすめ いちご

【生産状況・来歴】

・主要産地： 亶理町、山元町、石巻市、東松島市等

項目	作付面積	出荷量	産出額
宮城県	131ha(11位)	4,250t(10位)	56億円(10位)
全国	5,020ha	146,800t	1,809億円

※出典：国「野菜生産出荷統計」(令和2年産)

・出荷時期： 11月上旬～6月中旬

・来歴：「仙台いちご」のブランド名で親しまれている宮城県産いちごは、昭和初期に養蚕の代替作物として、亶理町吉田地区に導入されたことから始まりました。現在は、主に仙台や北海道の市場に出荷されています。



【宮城県オリジナル品種】

【第1号「もういっこ」】

平成7年に、病気に強い県オリジナル品種に食味の良い「さちのか」を交配し、その後、約10年間にわたる選抜を経て誕生しました。品種名は、おいしさのあまりついつい「もう一個」食べてしまうことに由来します。

大粒で、甘さと酸味のバランスが良いさわやかな味のジューシーな果実が特長です。

2022年12月には、キリンビール社から「キリン 氷結® 宮城産いちご もういっこ」が期間限定で全国発売され、「もういっこ」の魅力を全国に発信しました。



【第2号「にこにこベリー」】

「もういっこ」と「とちおとめ」を親として平成17年から交配を始め、平成29年にデビューしました。

「作り手、売り手、食べる人、全ての人が笑顔になるいちご」という思いを込めて「にこにこベリー」と命名されました。

果肉が鮮やかな赤色で美しい円錐形が特長です。ケーキなどのスイーツに使うと、切り口の赤色が鮮やかでよく映えます。

【選び方・食べ方】

光沢があり、全体に色がついていて、表裏の色むらが少なく、黒ずんでいないもの、ヘタがピンとしていて、みずみずしく、乾いていないものが新鮮です。

いちごは先端の方が甘いのでヘタ側から食べると甘さが強調されます。また、冷たいと甘みを感じにくいので、常温に戻すとよりおいしく食べられます。

おすすめ食材 Recipe

～旬のいちごたっぷり♪～
いちごのフルーチェパフェ



レシピ提供： ハウス食品株式会社



材料(4人分)

- ◆いちご…………… 20粒(300g)
- ◆生クリーム…………… 200ml
- ◆砂糖…………… 15g
- ◆ハウスフルーチェ<いちご>
…………… 1袋(200g)
- ◆牛乳…………… 200ml
- ◆粉糖…………… 適量

作り方(調理時間:20分)

- 【1】いちごは縦半分にする。
ボウルに生クリームと砂糖を入れ、軽く角が立つまで泡立てる。
- 【2】別のボウルにフルーチェを入れ、冷えた牛乳を加えてスプーンでとろりとするまで大きく混ぜる。
- 【3】グラスの1/3程度までフルーチェを入れ、その上にいちごを切り口がグラスに沿うように並べる。
さらに生クリーム、フルーチェの順にグラスのふちギリギリまで入れていく。
- 【4】最後に中央にこんもり生クリームをのせ今度は切り口が内側を向くように、いちごをのせ、最後に粉糖を振る。

毎月第1金・土・日曜日は、食材王国みやぎ地産地消の日！



公式Facebook



公式Instagram ▶



宮城旬鮮探訪

検索

<https://shunsentanbou.pref.miyagi.jp/know/>





2月のおすすめ メカジキ

【マグロとも、他のカジキとも違う魚「メカジキ」】

メカジキなどのカジキ類は一般に「カジキマグロ」と呼ばれ、マグロの仲間と勘違いされることも多いですが、マグロとは全く別の魚です。カジキ類は長く突き出した吻(ふん)が特長で、この吻で「舵木(船の舵をとる木枝)」を突き通してしまうことから「カジキドオン」と呼ばれ、これが転じて「カジキ」と呼ばれるようになったと言われています。



宮城県では、メカジキの他に、マカジキやクロカジキなどが水揚げされますが、メカジキはカジキ類の中でも大型で、他のカジキ類がマカジキ科に分類されるのに対し、メカジキ科に属する唯一の種です。

メカジキは腹ビレが無く、他のカジキ類より吻が平たく非常に長いことが特徴です。2～8月の産卵期に向かう秋から冬にかけて脂が乗り、旨みが濃厚な「冬メカ」と呼ばれるようになります。

【豪快なメカジキの伝統漁法「突きん棒漁」】

メカジキの漁獲量は宮城県が日本一(令和2年)で、全国の4割以上を占めています。大部分が延縄漁業で漁獲されますが、夏の時期には伝統的な漁法「突きん棒漁」でも漁獲されます。突きん棒漁は、突きん棒という長い三叉の鉤を泳いでいるメカジキに突き刺して獲物を捕らえる漁法です。突きん棒を構える「突き手」と、舵を操る「舵取り」のコンビで漁を行い、2人の息の合ったコンビネーションによってメカジキを捕らえる様子は職人技と言えます。

【食べ方】

メカジキの身は全体に脂が混在した淡いピンク色をしており、食感は柔らかく、脂の甘みと濃厚な旨味が特長です。秋から春先にかけての時期に獲れる「冬メカ」は、特に脂乗りがよく、刺身で食べるとまさに絶品です。加熱しても非常に美味しく、照り焼きやフライ、バター焼き、煮付けなどもおすすめです。

店頭で選ぶポイントは、切り身は透明感のある淡いピンク色でつやと張りがあることが新鮮な証です。血合いが付いている物は、赤く鮮やかな物を選んでください。



おすすめ食材 Recipe

おろし玉ねぎと醤油を少し焦がしてソースにしました。

メカジキのステーキ ～おろし玉ねぎソース～



レシピ提供: 味の素株式会社



材料(2人分)

- メカジキ 2切れ
- A 塩 少々
- A こしょう 少々
- 玉ねぎ 1/4個
- B すり白ごま 小さじ1
- B しょうゆ 大さじ2
- B 水 大さじ2
- B 砂糖 大さじ1
- B 酒 大さじ1
- B 「お塩控えめの・ほんだし®」 小さじ1/2
- 「AJINOMOTO® オリーブオイル」 小さじ1

作り方(調理時間:15分)

- 【1】メカジキはAで下味をつける。
- 【2】玉ねぎはすりおろし、Bと合わせる。
- 【3】フライパンにオリーブオイルを熱し、【1】のメカジキを入れ、両面に焼き色をつけて火を通す。【2】を入れて煮立たせる。
- 【4】皿に盛り、ソースをかける。

🍴 お好みのサラダ用の野菜を添えてお召し上がりください。

毎月第1金・土・日曜日は、食材王国みやぎ地産地消の日！

<発行>

Miyagi-Kirinプロジェクト(キリンビール株式会社 ハウス食品株式会社 味の素株式会社 カゴメ株式会社 株式会社Mizkan 宮城県)

<お問い合わせ>

宮城県農政部食産業振興課 TEL:022-211-2813 FAX:022-211-2819 E-mail:s-brand@pref.miyagi.lg.jp



公式Facebook

公式Instagram ▶



宮城旬鮮探訪

検索

<https://shunsentanbou.pref.miyagi.jp/know/>

