



みやぎ育ちの豊富な食材を、「もっとおいしく! もっと魅力的!」に味わってみませんか?

新しい味覚との出会いは人を幸せにする原動力。「みやぎのブランド食材」のレシピを、さあ、召し上がれ!

食材王国みやぎ 🔍 検索



<https://www.foodkingdom-miyagi.jp>

English 繁体字 簡体字 韓国

公式facebook  
instagramはコチラ



レシピ監修

フードコーディネーター 伊藤豊子

J Aをはじめ、食品メーカー、生産者団体の商品開発、メニュー提案、レシピ作成を手掛ける。

宮城県農政庁食産業振興課

TEL:022-211-2813

新鮮なホヤの甘みがジェノベーゼと相性抜群  
ホヤのジェノベーゼパスタ



ホヤは火を通しオリーブオイルと合わせると味がやわらぎ  
食わず嫌いな人にもお薦め。コクのあるジェノベーゼソースで仕上げます。

#### INGREDIENTS (4人分)

パスタ リングイネ	320g
ホヤ	4個
さやいんげん	8本
パルメザンチーズ	適宜
④ジェノベーゼソース	
バジル(葉のみ)	60g
松の実	20g
ピスタチオ	30g
パルメザンチーズ	大さじ3
にんにく	1片分
オリーブオイル	2/3カップ
塩	小さじ1/2
ブラックペッパー	少々
⑧飾り用バジル(素揚げ)、ピスタチオ	適宜

#### 食材ポイント/宮城県産ホヤ

苦み、酸味、甘み、塩味、旨味の五つの味を併せ持ち、その見た目から「海のバイナッブル」とも言われています。磯の香りを味わうなら生食ですが、火を通した蒸しホヤやアヒージョもお薦めです。

#### HOW TO COOK

- ①ホヤは殻から外し内容物を取り、水洗いしてから一口大に切る。
- ②香りが立つまで松の実を中火で炒る。ピスタチオは殻を外し熱湯に1分程浸し、薄皮をむく。
- ③④の材料をミキサーに入れてジェノベーゼソースを作る。
- ④パスタを茹でる。4等分に切ったいんげんを同じ鍋に加え、少し柔らかめに茹でる。
- ⑤ホヤ、ジェノベーゼソース、茹でたてのパスタ、いんげん、パルメザンチーズを加えてよく混ぜて盛りつけ、飾り用⑧を散らす。

炊飯器や鍋ひとつで、トマトを優しい味に  
丸ごとトマトの炊き込みご飯

丸ごと入れたトマトから出るだしが旨味のポイント。  
仕上げにパルメザンチーズやイタリアンパセリを加え、彩りのアクセントに。

#### INGREDIENTS (4人分)

白米	2合
トマト	中2個
チョリソー	(50g) 3本
パイオン	300cc
(トマトの大きさに加減)	
塩	小さじ1/2
ブラックペッパー	少々
オリーブ油	小さじ1
パルメザンチーズ	大さじ2
イタリアンパセリ	適宜

#### 食材ポイント/宮城県産トマト

寒暖差のある宮城で育ったトマトは、豊富な種類と優れた味わいを持つ自慢の食材。施設栽培も行われ1年を通して手にしていただけます。



みやぎ  
Bon!  
appetito

作っておいしい  
「みやぎのブランド食材」

Recipe

## 肉厚でジューシーなしいたけをオーブンで焼いたきのオープン焼き3種



肉厚のしいたけの旨みをそのまま味わえる一品です。

いろいろな食材を、ブラックペッパーやハーブと組み合わせチーズでコクを出します。

### INGREDIENTS (4人分)

しいたけ	24個
①下味(塩・黒こしょう・オリーブオイル)	各適量
生ハム	2枚
紫玉ねぎ	1/4個
ニンニク	小1片
バジルの葉	4枚
パルメザンチーズ	大さじ4
パルサミコ酢	適宜
②下味(①と同じ)	
赤のパプリカ・アボカド	各1/4個
マヨネーズ・チリパウダー・タイム	各適宜
③下味(塩・黒こしょう・バター)	各適量
ケッパー	大さじ1
カマンベールチーズ	80g
紫玉ねぎ・ピンクペッパー	各適宜

### 食材ポイント/宮城県産しいたけ

香りが高く肉厚でジューシーです。うま味成分がたっぷり含まれ噛むほどに贅沢な味わいが楽しめます。

## 生ならではのコリコリ感を楽しむ 生きくらげ入りサンラータン



鶏ガラスープと昆布だしで調味したスープでいただきます。

仕上げの酢をアクセントに。生きくらげのコリコリ感を味わって!

### INGREDIENTS (4人分)

生きくらげ	8個
豚バラ肉	120g
タケノコの水煮	50g
ミントマト湯むき卵	4個
鶏ガラスープ	2個
昆布茶	4カップ
④	小さじ1
紹興酒	大さじ1
塩	小さじ1/4
薄口しょうゆ	大さじ2
白こしょう	少々
片栗粉の水溶き酢	適宜
ラー油・香葉	大さじ2
	適宜

### 食材ポイント/宮城産生きくらげ

おいしく肉厚な生きくらげを1年を通して生産しています。コリッとした食感と深い味わいが料理の可能性を広げてくれます。

## 生の脂のりと甘味を堪能する みやぎサーモンとイクラの海鮮丼



めかぶを韓国風の味付けで和え、上にみやぎサーモンといくらをのせます。

みやぎサーモンはしょうゆにマヨネーズ・柚子胡椒を混ぜたタレでいただきます。

### INGREDIENTS (4人分)

みやぎサーモン(サク)	300g
めかぶ	200g
いくら	20g
大葉	4枚
④めかぶのタレ	
しょうゆ	大さじ3
酢	小さじ2
コチュジャン	小さじ2
ごま油	大さじ1
白ごま	小さじ1
⑧みやぎサーモンのたれ	
マヨネーズ	大さじ1
薄口しょうゆ	大さじ2
柚子胡椒	小さじ1

### 食材ポイント/みやぎサーモン

旬の3月~7月は「生」が食べられる絶好の機会です。脂のりが良く身が締まっています。刺し身はもちろん、焼き物、鍋物などどんな料理にも合う食材です。

## ねぎの甘みとコクをシンプルに味わう 曲がりねぎのマリネ



ねぎを焼くことで中が蒸し焼き状態になりトロッと甘みが増します。

香ばしさもおいしさのポイント!

### INGREDIENTS (4人分)

曲がりねぎ	4本(400g)
白ワイン	1/4カップ
ブイヨン	2カップ
①デーツシロップ	小さじ1
④ローリエ	1枚
粒こしょう	適宜
塩	小さじ1/2
オリーブオイル・ハード系チーズ	適宜

### HOW TO COOK

- ①曲がりねぎを5~6cmに揃えて切る。
- ②フライパンにオリーブ油少々(分量外)を中火で熱し、ねぎを並べて数分転がしながら焼く。白ワインを加え、香りがたったら④を加え落とし蓋をし、弱火で20分程火を通す。粗熱を取り冷蔵庫で30分以上冷やす。
- ③器に盛り、オリーブオイルを振りかけハードチーズを削って散らす。

### 食材ポイント/曲がりねぎ

甘くやわらかい曲がりねぎは、定番の鍋はもちろん、メイン食材として活用していただけます。また料理を引き立てる薬味にもお薦めです。