

みやぎの食材マップ

野菜

果菜

いちご



宮城県は東北一の生産量を誇るいちご名産地です。主な品種は、大粒ですっきりとした甘さの「もういっご」と甘み・酸味が強い「とちおとめ」です。また、6月～11月に出荷される「夏秋いちご」も栽培されており、ケーキなど業務用としての需要が高まっています。

いちご

[主な生産地]

- 亘理町 ○山元町 ○石巻市 ○東松島市
- 蔵王町 ○気仙沼市 ○登米市

夏秋いちご

[主な生産地]

- 登米市 ○栗原市 ○七ヶ宿町
- 蔵王町

きゅうり



きゅうりの成分は全体の95%が水分。身体を冷やす効果があり、暑い夏と関わりの深い食材ですが、ほぼ年間を通じて出荷されています。くびれがなく太さが均一で、鮮やかな緑色のものを選びましょう。

[主な生産地]

- 登米市 ○東松島市 ○石巻市
- 蔵王町 ○岩沼市 ○栗原市

豆

そらまめ

[主な生産地]

- 村田町 ○蔵王町 ○栗原市
- 涌谷町 ○登米市 ○加美町

えだまめ

[主な生産地]

- 名取市 ○石巻市 ○仙台市
- 気仙沼市 ○登米市 ○大崎市

いんげん

[主な生産地]

- 山元町 ○丸森町
- 登米市

かぼちゃ

[主な生産地]

- 栗原市 ○登米市 ○石巻市 ○加美町

トマト



[主な生産地]

- 石巻市 ○栗原市
- 大和町 ○松島町
- 大崎市 ○気仙沼市
- 登米市 ○大衡村
- 名取市

トマトの旬は夏ですが、夏期が涼やかな宮城県の気候条件はトマト栽培にとっても適しています。「桃太郎」などの大玉のほか、中玉やミニトマト、糖度の高い希少な「デリシャストマト」など、種類が豊富です。

とうもろこし

[主な生産地]

- 岩沼市 ○東松島市

パプリカ



[主な生産地]

- 栗原市
- 山元町
- 大衡村
- 登米市
- 石巻市

冬は温暖で夏は比較的気温が低い宮城県の気候は、パプリカの栽培に適し、県北部の栗原市などを中心に栽培されています。平成26年の宮城県の生産量は日本一、国産パプリカのおよそ4分の1が宮城県産です。

根菜

だいこん

[主な生産地]

- 仙台市 ○大崎市
- 蔵王町 ○栗原市

じゃがいも

[主な生産地]

- 登米市 ○名取市

ねぎ類

仙台の風土と独自の技で生み出された歴史ある野菜「仙台曲がりねぎ」。「やとい」と呼ばれる独特な栽培法により白い部分が曲がっていることが特徴で、そのやわらかさと甘さから消費者に根強い人気があります。

ねぎ

[主な生産地]

- 加美町 ○東松島市 ○仙台市
- 大崎市 ○南三陸町

こねぎ

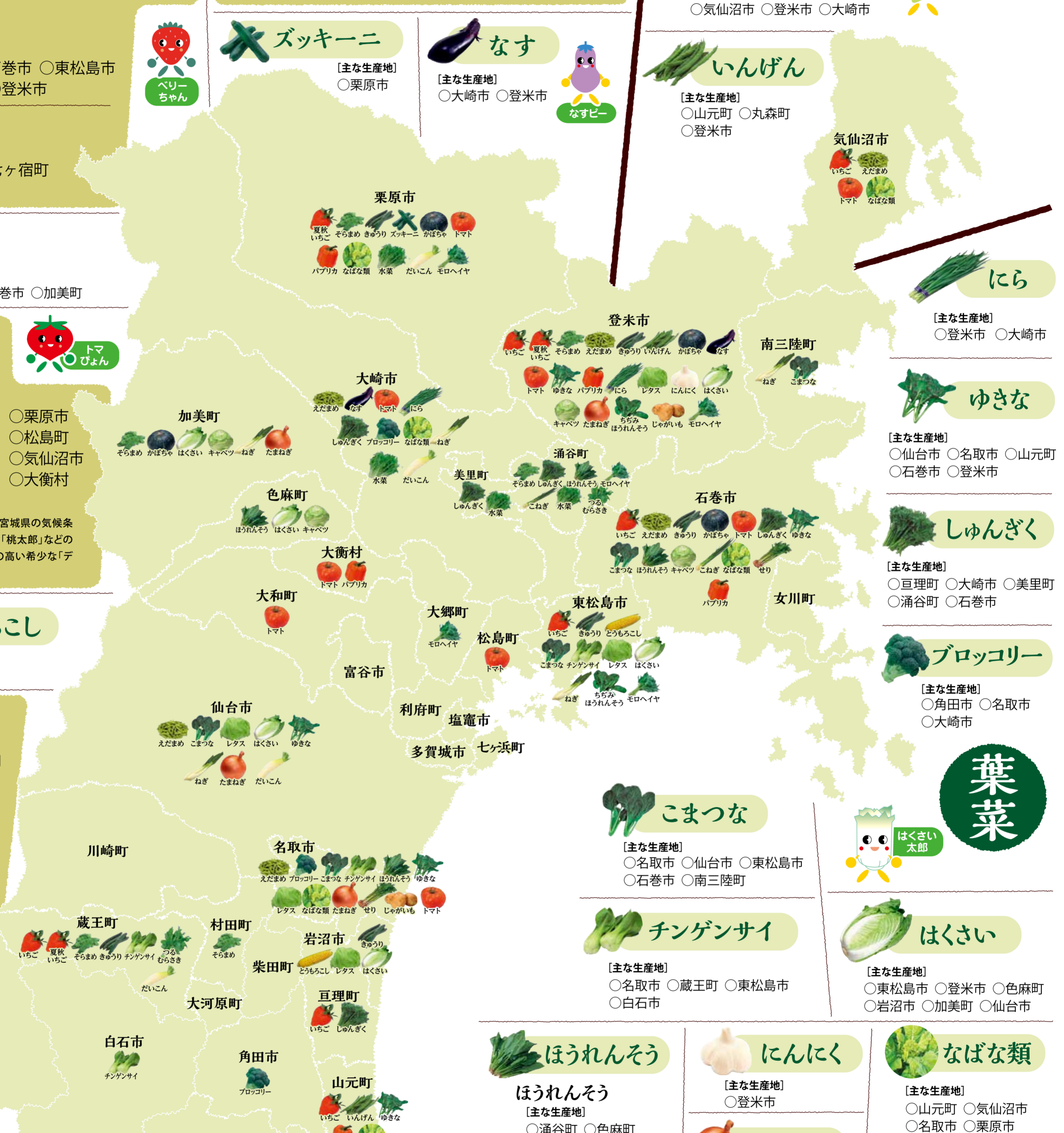
[主な生産地]

- 涌谷町 ○石巻市

水菜

[主な生産地]

- 美里町 ○大崎市
- 涌谷町 ○栗原市



葉菜

はくさい 太郎

こまつな

[主な生産地]

- 名取市 ○仙台市 ○東松島市
- 石巻市 ○南三陸町

チンゲンサイ

[主な生産地]

- 名取市 ○蔵王町 ○東松島市
- 白石市

ほうれんそう

[主な生産地]

- 涌谷町 ○色麻町
- 名取市 ○石巻市

ちぢみほうれんそう

[主な生産地]

- 東松島市 ○登米市

レタス

[主な生産地]

- 仙台市 ○東松島市
- 名取市 ○岩沼市
- 登米市

つるむらさき

[主な生産地]

- 蔵王町 ○涌谷町

はくさい

[主な生産地]

- 東松島市 ○登米市 ○色麻町
- 岩沼市 ○加美町 ○仙台市

なばな類

[主な生産地]

- 山元町 ○気仙沼市
- 名取市 ○栗原市
- 大崎市 ○石巻市

せり

[主な生産地]

- 名取市
- 石巻市

シャキッとした歯応えとみずみずしく香り爽やかな「せり」。平成26年の宮城県の生産量は日本一。宮城県産のせりには「仙台せり」や「河北せり」があり、「せり鍋」は新たな名物料理として注目されています。