すくすくみやぎっ子通信

令和7年5月号

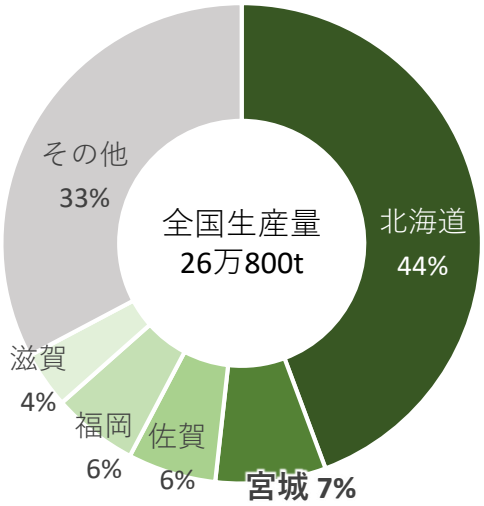
季節ごとに宮城の旬の農林水産物をご紹介します！

知っていましたか？

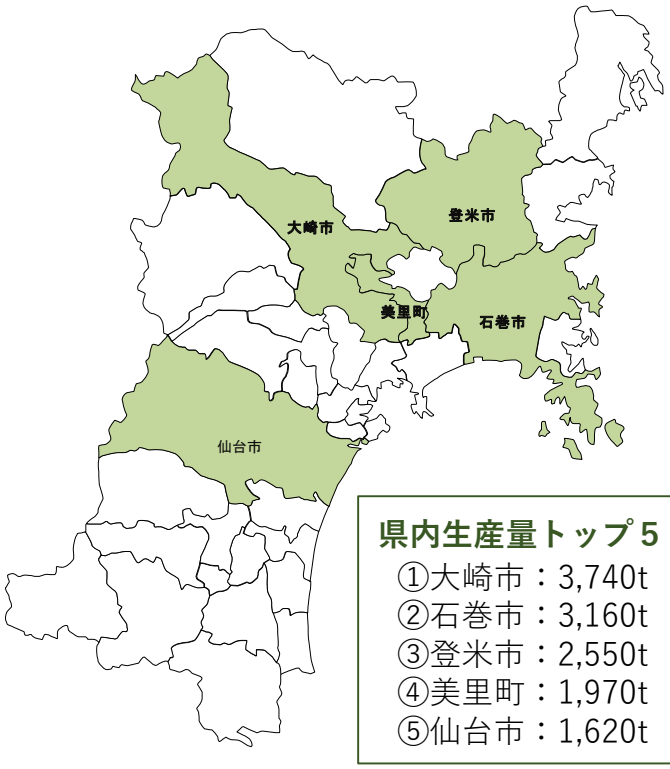
宮城県は全国2位の生産量を誇る大豆産地です！！

○県内の生産状況

全国の大豆生産量（令和5年産）



県内の市町村別生産量トップ5（令和5年産）



県内生産量トップ５

①大崎市：3,740t
②石巻市：3,160t
③登米市：2,550t
④美里町：1,970t
⑤仙台市：1,620t

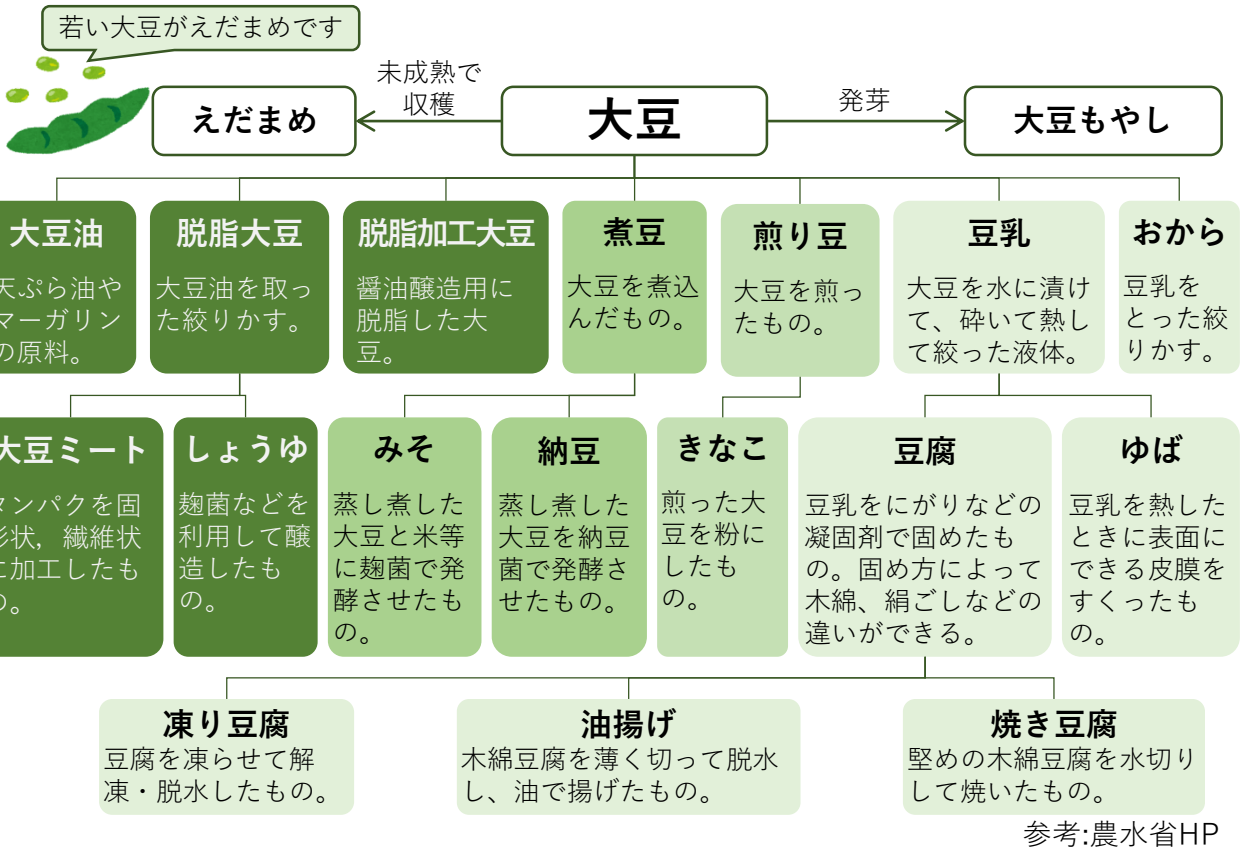
農林水産省作物統計より

○栽培カレンダー

5月	6月	7月	8月	9月	１０月	１１月	１２月
種まき			開花			収穫	

○大豆と食文化

大豆は、豆腐、納豆、味噌、醤油、煮豆等、日本の食卓に欠かせない食品や調味料に加工されて、古くから利用されてきました。最近は、脱脂大豆から食品用にタンパク質を分離した大豆タンパクを固形状や繊維状に加工した「大豆ミート」等も利用されています。



参考:農水省HP

○おすすめの料理　カリポリ豆

簡単で大豆の味わい感じられる一品！！ぜひお試しください。

材料と分量

◆大豆	200g
◆小麦粉	少々
◆みそ	50g
◆みりん	大さじ1弱
◆シュガーパウダー	100g
◆油	適宜

作り方

① 大豆は，洗って一晩水に浸けておく。
② ①をザルに上げて水を切り、小麦粉をまぶして余分な粉は落とす。
③ ②を高温の油で15分～20分くらい揚げる。
（豆同士がくっつかないように最初は箸でほぐし、あとは時々まぜる。）
④ みそとみりんを合わせておく。
⑤ ③の豆を冷まし、④をまぶしてから、シュガーパウダーをふりかけてポロポロにする。

～「角田まめ料理コンテスト」受賞レシピ～

発行：宮城県　農政部　農業政策室・みやぎ米推進課
電話：０２２－２１１－２８９２　メール：noseise-f@pref.miyagi.lg.jp
ホームページ：https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/noseise/index.html