

— Made in Fukushima —

ふくしま ものづくり帖



大小11の水槽で飼育管理しており、養殖場の大きさは国内最大級です。

詳しくは
こちら



海のない

葛尾村から生まれた 水処理技術が育てた 「おいしい恵み」

バナメイエビ

葛尾村

HANERU 葛尾

葛尾村大字落合字関下21-4
☎080(5875)6733



エビの養殖場があることを村の子どもたちが誇りに思ってくれるよう、事業を続けます！



代表取締役社長
松延 紀至さん

「HANERU 葛尾」で育つバナメイエビは、葛尾村の新しい特産品です。これまで上下水道の維持管理に携わってきた代表の松延紀至さんは、維持管理を支える技術者不足に課題を感じ、「養殖で水処理技術を継承できるのでは」とエビの養殖事業を立ち上げました。阿武隈山系の豊かな地下水で人工海水を作り、外部環境の影響を受けにくい完全閉鎖循環システムを構築。水質を緻密に管理された中で育つ体長15センチほどのエビは、雑味がなく、プリツとした食感と甘みが人気で、県内の飲食店などにも出荷が始まっています。「将来的にはエビの一大産業エリアを築き、交流人口が増えたらうれしいです」と松延さん。海のない葛尾村で生まれたエビから今後も目が離せません。

旬 減塩×レシピ

ナスとミニトマトのバルサミコモマリネ

調理時間 / 10分 (冷やす時間は除く)
エネルギー / 154kcal 塩分 / 0.2g



はちみつ
の優しい甘さで
おいしく減塩

材料 [2人分]

- ナス…2本
- ミニトマト…6個
- オリーブ油…大さじ2
- バルサミコ酢…大さじ1
- はちみつ…小さじ1
- 黒コショウ…少々
- 塩…ひとつまみ
- 大葉…適宜

作り方

- ① ナスは乱切りまたは縦長に切って水にさらし、水気をとる。ミニトマトは半分に切る。
- ② オリーブ油大さじ1と、Aを混ぜてマリネ液を作る。
- ③ 残りのオリーブ油で焼き目がつくまでナスを焼き、熱いうちにミニトマトと一緒にマリネ液で和え、冷蔵庫で冷やす。
- ④ 器に盛り付け、千切りにした大葉をあしらう。

ナス

旬の時期 / 6月～9月

ナスの皮の紫色には、ポリフェノールの中でも特に抗酸化作用が強いとされるナスニンが多く含まれています。実の部分には食物繊維のほか、余分な水分を排出するカリウムも豊富で、夏バテや生活習慣病の予防に効果があるとされています。

クックパッド福島県公式キッチン
「はら食っち～な ふくしま」で
レシピ公開中



福島学院大学短期大学部 食物栄養学科学者が考案したレシピを紹介します。