



## えのきたけ 宮城県は東北一のえのきたけの産地です！

○全国のえのきたけ生産状況  
(令和3年)

	都道府県	生産量 (t)
1位	長野県	79,018
2位	新潟県	19,386
3位	福岡県	4,933
6位	宮城県	1,667

林野庁特用林産基礎資料



「施設栽培によるえのきたけ」

## ○県内のえのきたけ生産量(令和3年)

	生産地	生産量 (t)
1位	加美町	1,212
2位	川崎町	355
3位	大崎市	100
計		1,667

林野庁特用林産基礎資料



## ○えのきたけ栽培の歴史と出荷先

宮城県産「えのきたけ」は、生産量が全国6位で、東北のえのきたけ生産拠点となっています。昭和50年代にビン栽培による機械化が進み、全国にえのきたけ生産が広まりましたが、その頃、加美町の中新田地区に地域産業として導入され、農家の副業として定着しました。

現在、県内の主な産地は加美町と川崎町となっており、仙台市場に出荷され、食品スーパー等で販売されています。



## ○選び方・保存方法

### 「えのきたけ」はシャキシャキの食感が特徴

乳白色で張りがあり、束全体がシャキッとしているものが良品です。鮮度のよい「えのきたけ」はシャキシャキの食感が特徴です。

〈冷蔵保存〉

石づきはつけたまま、キッチンペーパーに包み、ジッパー付き保存袋に入れ野菜室で保存します。（保存約1週間）

〈冷凍保存〉

石づきを切り、ジッパー付き保存袋に入れ冷凍します。（保存約3週間）

※料理するときは解凍せず凍ったまま加熱料理します。

## ○おすすめの料理 食材王国みやぎ通信より レシピ提供:ハウス食品株式会社

### えのきたけの肉巻き

#### 材料（2人分）

- ◆えのきたけ：1パック(100g) ◆豚肉(バラ薄切り)：4枚(100g)
- ◆水：大さじ1 ◆ハウス味付カレーパウダー パーモントカレー味：大さじ1/2(6g)

#### 作り方

- ①豚肉は半分の長さに切る。えのきたけは、石づきを切って8等分に分ける。
- ②①の豚肉を広げ、えのきたけを巻く。
- ③フライパンに油を引かず、②のとじ目を下にしてフライパンに並べて、火をつけ中火で焼く。焼き色がついたら返し、転がしながら全体を焼く。
- ④鍋肌から水をまわし入れ、カレーパウダーを振り入れて全体に絡め合わせ、ふたをして軽く蒸し焼きにする。



## ○食べ頃カレンダー

天然のえのきたけは晩秋から翌春にかけて発生する冬のきのこで、色は茶色です。

1年中いつでも手軽に購入でき、私たちの食卓に上る「えのきたけ」は、施設内で周年栽培されたもので、鍋物に欠かせない食材として冬場は生産量が増え、10月から3月頃までは特に市場に多く出荷されています。



「天然のえのきたけ」

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
生産量増加			施設内での周年栽培						生産量増加		
市場出荷が多い			通年販売						市場出荷が多い		