

能代市地産地消レシピ集

じっぱり、け



じっぱり、け

能代市地産地消レシピ集

目次

市長挨拶……………4

春……………6

大根のバツケ味噌 バツケ味噌おにぎり 白神ねぎバーゲ
イカゲソやまかけ ネギとわかめの黄身酢
アスパラガスの生春巻き アスパラガスと鶏肉の炒め物
アスパラガスのしょうゆ炒め キャベツと海苔の和え物
キャベツのメンチカツ キャベツとあさりの酒蒸し

夏……………16

白神ねぎの新城蒸し 白神ねぎ餃子風春巻き
みょうがの肉巻きフライ みょうがとハムのフレンチサラダ
みょうがのしょうゆ漬け 小なすの二夜漬け(薄味)
能代牛の炙り刺し&炙り鮓 能代牛ステーキ
元祖・豚ナンコツ焼き



対談 地域を支え育む「食」の魅力 [豪風関VS齊藤能代市長]……………24

秋……………34

白神ねぎのかき揚げ 白神ねぎ味噌ピザ
キャベツのカレースープ 白神キャベツのロール巻きトマト煮
大根のワイン漬け 大根のそぼろ煮 鮫なます
かぼちゃの春巻き きのこのステーキ きのこのポタージュ
能代牛肉巻きおにぎり だまこ鍋 とうふ餅
磯部納豆味噌 そば寒天 そばサラダ
ふろふき梨の銀餡かけ 梨の蒸しパン

冬……………50

合鴨鍋(だまこもち入り) 粹なねぎ好み風
白神ねぎのグラタン 白神ねぎ丸ごと特製ピザ
山うどのバター焼き 山うどのマリネ
山うどのサラダ アスパラガスとベーコンのソテー
ほうれんそうとイカのバター炒め ほうれんそうのグラタン
ほうれんそうのポタージュ

食を支える年中行事……………59

能代の名所と特産……………67





能代市長 齊藤 滋宣

市長挨拶

おはよう。いただきます。ごちそうさま。
毎日 ごはんを食べる。みんなでごはんを食べる。
炊き立てのあたたかいご飯とお味噌汁 そして旬の食材を使った料理。
何気ないけど 温かい。
かつては当たり前だった風景が 能代にはまだ残っています。

秋田県北西部に位置する能代市は、四季の移り変わりが明瞭な地域です。
地場産業である農業は、世界自然遺産の白神山麓から流れる
豊かな水の恵みを活用した稲作のほか、鮎釣りで有名な米代川下流部に広がる能代平野

及びその周辺部では、ネギや山うど、みょうが等の畑作も盛んに行われています。
また、近年では園芸経営に専門的に取り組む経営体の育成及び出荷額拡大を目的とした、
大規模な園芸団地（園芸メガ団地）の整備を進めております。

このたび、能代市の豊かな大自然と、そこに住む生産者の皆さまが大切に育んだ
地場産農産物の持ち味を最大限に引き出す料理レシピをまとめた、
「じっぱり、け 能代市地産地消レシピ集」を発行いたしました。

このレシピ集には、四季折々の地場産農産物を使ったメニューのほか、
本市の年中行事や名所も紹介しており、郷土色豊かな内容となっております。
本書を通じて、世代や地域を超えた新たな出会いが能代の地で生まれ、
地場農産物の魅力再発見の輪が広がることを期待しております。

結びに、このレシピ集の発行にあたり御尽力いただきました、
豪風閣、あきた白神農業協同組合経済部生活課、同女性部、
能代市地産地消協力店及びメニュー開発にあたり貴重な御意見をお寄せいただいた
多くの皆様に心より感謝申し上げます。

平成28年2月