

「作る人も買う人も
地域づくりに貢献できる
持続可能な社会に向けた
白河の新名物」

「そばパスタ」はそのおいしさとサステナブルな地域づくりの姿勢が評価され、第7回新東北みやげコンテスト入賞、ふくしま満天堂2021グランプリ受賞という快挙を達成しました。



Story13

そばパスタ [白河市]

株式会社 カタノ
☎0248 (22) 3151
白河市桜町147
https://katano.shopinfo.jp



そばの生育状況を確認する片野さん(左)と生産者の本宮さん。この美しいそば畑もかつては荒れ果てた耕作放棄地でした。

白河の地で代々、米や乾麺などを商ってきた(株)カタノ。先代から経営を受け継いだ片野^{かたの}仁人^{まさひと}さんが、「白河の新しい名物を」と作ったのが、耕作放棄地を再生した畑のそばを使用した「そばパスタ」でした。今までにない食感と子どもでも食べやすい形状のご当地パスタは話題を呼び、県内各地の土産物店や直売所などへ販路も拡大中です。

「今後は地元のカフェと協力して、そばパスタの調理動画を作り配信する予定です。これから地域の皆さんと一緒に白河を盛り上げていきたい」と話す片野さんは、柔軟な発想と行動力で白河に新風を巻き起こします。

オクラとモロヘイヤのみょうがあえ

エネルギー
39kcal
(1人分)

材料 / 2人分

オクラ…10本
モロヘイヤ…1/2袋
みょうが…2個

A 酢…大さじ2
しょう油…小さじ2
砂糖…小さじ1

作り方

- ①オクラは、がくを取る。モロヘイヤは葉と茎に分け、茎は半分に切り分ける。
- ②熱湯でモロヘイヤの茎を30秒ほど茹で、葉とオクラを加えてさらに30秒ほど茹でてから水にさらして水気を切る。
- ③茹でたオクラとみょうがを、縦半分にしてから斜め薄切りする。
- ④オクラ、モロヘイヤ、みょうがを混ぜて器に盛り、Aを回しかけてあえる。



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



学生が考案!



オクラ

[収穫時期: 6月〜9月]

オクラに含まれるネバネバした成分は食物繊維で、整腸作用を促します。夏バテなど疲労回復の効果が期待できるビタミンBも豊富なので、この時期にぴったりの食材です。

桜の聖母短期大学・食物栄養専攻の学生の皆さんが考案したレシピをご紹介します