

かつおの手こね寿司

実は県内の多くのお寿司屋さんでも愛用されている「結びの神」。冷めても美味しいから、志摩地方の郷土料理「手こね寿司」にもびったり。

材料(4人分)	(漬けダレ)	(合わせ酢)
結びの神…2合	醤油…50cc	酢…50cc
かつお…1さく	みりん…50cc	砂糖…大さじ2
大葉…4~5枚	日本酒…50cc	塩…小さじ1/2
白ごま…適宜	砂糖…小さじ1	昆布…1枚 (5cm角)

作り方

1. 結びの神は少し少なめの水で炊く。漬けダレをひと煮立ちさせ冷ます。合わせ酢もひと煮立ちさせ、冷めたら昆布を取り除く。
2. 漬けダレと合わせ酢を1対2の割合で合わせ、炊きたての結びの神に回し掛けながら、しゃもじで切るように混ぜて冷ます。
3. かつおを5mmほどの厚さで切り、残りの漬けダレに5分ほど漬ける。
4. 2の寿司飯に3のかつおの切り身と白ごまを混ぜる。器に盛ったら刻んだ大葉を飾り付ける。

調理時間
15分

※炊飯時間は
除く



JAグループ三重 × Simple

作ろう、食べよう

みえの旬ごはん。

「結びの神」とは三重県が12年の歳月をかけて開発し、平成24年に誕生した三重県生まれのお米です。粒が大きく、もちもちしながらもべたつかず、冷めても美味しいと評判です。ぜひ、今の時期ならではの新米でどうぞ。



里芋の炊き込みご飯

秋の味覚である里芋ときのこを合わせた秋らしい炊き込みご飯です。マイタケやエノキダケなど他のきのこを加えるのもおすすめです。

材料(4人分)

結びの神…2合	薄口醤油…大さじ1
里芋…5~6個	みりん…大さじ1/2
シメジ…1パック	塩…小さじ1/2
きざみ昆布…5g	

作り方

1. 結びの神をといだら、30分ほど水に浸す(時間外)。
2. 里芋は皮を剥き、塩でもんでぬめりを取り除いたら、2cm角に切る。シメジは石突きを取り除き、食べやすい大きさに切る。
3. 結びの神、薄口醤油、塩、みりんを加えた分量の水、きざみ昆布、里芋、シメジを加えて炊く。

調理時間
40分

※炊飯方法により
前後する

JAグループ三重



三重県内の
JA農産物直売所
詳しい情報は
こちらでチェック!

JA全農みえが運営する通販サイト JAタウン「三重の味自慢」



「結びの神」は9月下旬ごろから、県内のJAファーマーズマーケットやJAタウンでお買い求めいただけます。

JAタウンは、JA全農が運営する通販サイト。全国の産地から旬の農産物をお届けします。

三重の味自慢QR→



安全・安心な

三重県産ブランド米
結びの神

は、ここで手に入ります



さ。

「結びの神」は粒が大きくしっかりと炊きあがりを楽しめます。かむほどにもちもち感が出て、お米の味わいが広がります。冷めてもおいしく、おにぎりやお寿司、お弁当にもオススメです。ぜひこの機会に、三重県産のブランド米「結びの神」を賞味ください。

大粒でもちもち、しっかりと味わい

「結びの神」は、お米の粒が大きくしっかりと炊きあがりを楽しめます。かむほどにもちもち感が出て、お米の味わいが広がります。冷めてもおいしく、おにぎりやお寿司、お弁当にもオススメです。ぜひこの機会に、三重県産のブランド米「結びの神」を賞味ください。

今月の食材

三重県産ブランド米
「結びの神」

おいしさを追求して
開発したブランド米

昔から米づくりが盛んな三重県は西日本屈指の米どころですが近年の気候変動の影響に悩まされてきました。そんな中、三重県農業研究所が12年の歳月をかけて、三重県の夏場の厳しい暑さの中でも品質が良く、おいしく育つ品種「三重29号」を開発しました。この「三重29号」の中でも、「みえの安心食材」の認定を受けた生産者がつくったもので、かつ、品質とおいしさの基準をもとに厳選したものが、ブランド米「結びの神」として販売されています。この名前には、出会いや縁が生まれるように、との願いが込められています。