秋豆シリーズの特徴

about AKIMAME SERIES

枝豆本来の旬である「秋」
おいしいお米と同じ土が育んだ「秋田の枝豆」は、
風味絶品のオススメ品種揃い

あきた香り五葉 秋田県オリジナル品種

秋田県で古くから栽培されていた「五葉豆（ごようまめ）」を親に持った枝豆
口に入れた瞬間に広がる豊かな香りと甘みが特徴

あきたほのか 秋田県オリジナル品種

鮮やかな緑色と大きな莢（さや）で外観が良く、豆は大粒で食べ応えあり
香りが良く、秋ならではのコクのある甘さ、濃い味わいが絶品

秘伝

秋田の土と気候で育った秘伝は市販品種ながら、ひと味違う
ボリュームがあり、甘さと風味に富んだ、深まる秋に食べたい枝豆

秋田県農林水産部園芸振興課

AKIMAME

THE AKITA 秋田県産 ORIGINAL

枝豆は、秋こそ旬。

秋豆

AUTUMN is THE BEST SEASON
for EDAMAME!

レシピブック
RECIPE BOOK

SERIES!

01
FOR
WEEKDAY

平日のもう一品や
お酒のおつまみなどに

秋豆とむき海老の洋風かき揚げ

目安調理時間　30分

材料(2〜3人分)

	枝豆	× 150g
	むき海老	× 150g
	玉ネギ	× 1/4コ
	ニンジン	× 1/2コ
A	薄力粉	× 100g
A	オレガノ	少々
A	ディル	少々
A	ビール	適量
A	塩、こしょう	少々
	レモン	× 1/2コ

① 枝豆と海老を粗くみじん切りにします。
② 玉ネギ、ニンジンを千切りにします。
③ Aの材料で衣を作り①、②の材料を入れよく混ぜます。
④ 混ぜ合わせた材料を好みの大きさにまとめ
180℃のオイルで揚げます。
⑤ 揚がったら、塩、レモンで味を整えてできあがり。

バルサミコソースやマヨネーズなど好みのソースでも美味しく召し上がれます。

02
FOR
HOLIDAY

お休みの日の
ちょっとしたぜいたくに

秋豆と鮭のホイル焼き

目安調理時間　50分

材料(2〜3人分)

A	枝豆	× 300g
A	生クリーム	× 60g
A	塩、こしょう	少々
	鮭切り身	× 2枚
	ニンニク	× 1カケ
	ローリエ	× 3枚
	白ワイン	少々
	レモン	× 1/2コ
	バルサミコ酢	少々

① Aの材料をフードプロセッサーでペースト状にします。
② 鮭に塩こしょうをし、皮面だけフライパンで焼き色をつけます。
③ オイルをしたアルミホイルに鮭を並べ、
枝豆ペーストを塗ります。
④ 白ワイン、ニンニク、ローリエ、塩を
アルミホイルの中に入れ閉じます。
250℃のオーブンで15分間蒸し焼きにします。
⑤ 15分後オーブンから取り出し、バルサミコ酢、レモン、塩で
味を整えてできあがり。

キノコや秋の野菜を一緒に入れてもおいしく召し上がれます。