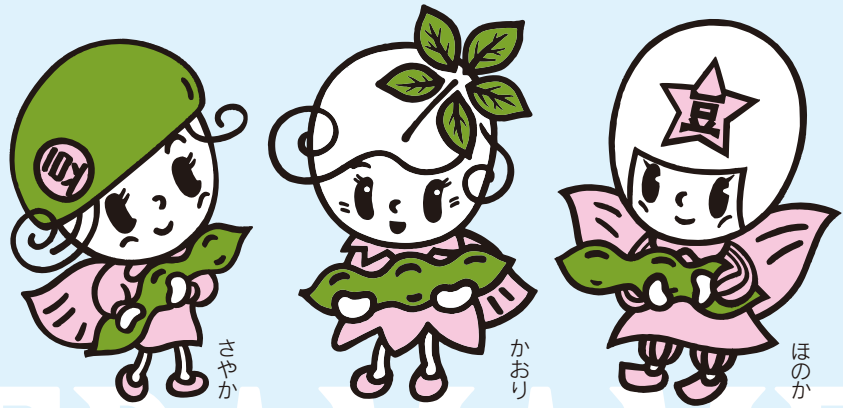




ハンドブック

秋田で生まれた品種 えだ豆『3人娘』



「品種紹介」

あきたさやか（収穫時期：8月下旬から9月上旬）

秋田県在来黒大豆の「黒煮豆」とサヤが大きい「サヤムスメ」を親として、平成20年に誕生しました。サヤは鮮やかな緑色で、甘みとうま味がある枝豆です。

あきた香り五葉（収穫時期：9月上旬から中旬）

古くから秋田で栽培されてきた在来枝豆の「五葉豆」は、甘みが強く、風味の良い品種ですが、この枝豆の血を受け継いだのが「あきた香り五葉」です。豆本来の深い味わいと香りの良さが最大の特徴です。

※同時期に出荷される一般的な品種（錦秋）より、甘み成分（糖類）が約1.4倍、旨味成分（アミノ酸類）が約1.2倍含まれているという試験結果が出ています。

あきたほのか（収穫時期：9月中旬）

良食味品種「秘伝」をもとに、本県の気象条件の中で選抜を繰り返し、平成24年に誕生した品種です。甘みが強く良食味で、香りが良くサヤの大きい枝豆です。

2 秋田で生まれた品種 えだ豆『3人娘』

美味しく食べるための『マメ知識』

■収穫時期に適したゆで方（250g入りの場合）

※たっぷりのお湯で少量のえだ豆をゆでるのがポイント

- ①水洗いした後、水（1.5リットル）に塩を入れ、お湯を沸かします。
9月以降の枝豆は、豆本来のやさしい甘さなので、塩をやや控えめにするのがポイントです。
- ②沸騰したら、枝豆1袋（250g）を入れ、7月から8月の枝豆は、3～4分程度、9月以降の枝豆は、身が充実しているので、少し長め（4～5分程度）にゆでます。
豆の硬さをチェックし、ゆで過ぎに注意しましょう。
- ③ゆで終わったら、ざる当に広げ、うちわで扇ぎながら冷めます。
お好みにより、塩をまぶしてお召し上がりください。



たべるなら
おいしく！

県産えだ豆の収穫カレンダー

タイプ	収穫月 区分	8月		9月		10月
		～中 早生	下 中早生	上 中生	中 中晩生	下 晩生
品 種	青豆系	夕涼みなど（市販品種）	市販品種			
		あきたさやか		県育成品種		
		錦秋など（市販品種）		市販品種		
		あきたほのか			県育成品種	
		秋農試40号				県育成品種
		秘伝など（市販品種）				市販品種
	茶豆系	あきた香り五葉		県育成品種		

7～8月のえだ豆

9月以降のえだ豆



1.5リットル



60g
（おおさじ4杯）
塩分4%

45g
（おおさじ3杯）
塩分4%



分量の塩を入れ、
沸騰したら
えだ豆を入れます

3～4分

4～5分

4 美味しく食べるための『マメ知識』

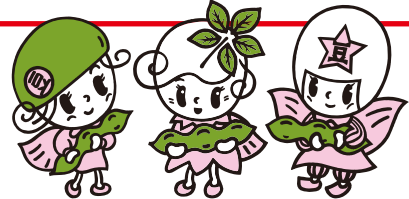
6次産業化の取り組み

「6次産業化推進プロジェクト」では、JA新あきたと秋田市内の飲食店・宿泊施設との連携により、秋田市産えだ豆の地元消費拡大に向けて取り組んでいます。

秋田市産えだ豆の通年消費に向けて、平成26年度は12月に冷凍試作品の店舗アンケート調査を行い、香りや食味についてお客様から高い評価をいただきました。



平成27年度は、秋田市産えだ豆の3人娘（あきたさやか、あきた香り五葉、あきたほのか）による冷凍商品開発や加工品の試作を予定しています。



JA新あきた
秋田商工会議所

3 目指せ、えだ豆日本一

秋田県の枝豆生産、出荷状況

生産された枝豆の90%以上は県外に出荷されていきます（主に首都圏）

日本一大きい卸売市場の東京都中央卸売市場大田市場に最も多く出荷されます

（7～10月の秋田産シェアは約20%）

みんなで美味しく食べて盛り上げよう。

目指すは『えだ豆日本一』！

！位を
目指そう！

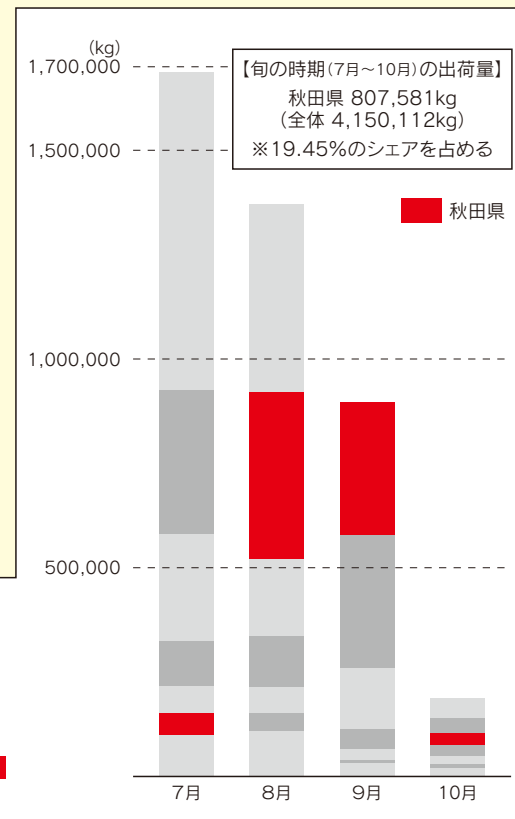


平成25年 都道府県別 えだ豆生産量

作付面積 (ha)	収穫量 (t)	出荷量 (t)
1 新潟 1,580	1 千葉 7,280	1 千葉 6,180
2 山形 1,460	2 新潟 5,580	2 北海道 4,690
3 群馬 1,150	3 埼玉 5,550	3 群馬 4,390
4 秋田 1,080	4 北海道 5,090	4 埼玉 4,220
5 千葉 854	5 群馬 5,060	5 山形 3,330
6 北海道 747	6 山形 4,470	6 新潟 3,240
7 埼玉 681	7 秋田 3,330	7 秋田 2,470
その他 4,848	その他 26,340	その他 17,580

平成25年 東京都中央卸売市場 えだ豆月別出荷量 (kg)

7月	8月	9月	10月
群馬 762,995	群馬 450,965	秋田 324,258	群馬 56,540
千葉 341,119	秋田 401,394	群馬 320,036	千葉 32,880
埼玉 260,479	山形 188,393	山形 144,644	埼玉 30,940
新潟 106,575	新潟 116,386	青森 50,387	新潟 28,547
神奈川 66,301	青森 65,019	新潟 22,398	神奈川 15,732
秋田 50,989	埼玉 42,874	岩手 8,393	秋田 7,523
その他 93,611	その他 106,580	その他 31,715	その他 22,439



1 えだ豆の魅力を知ろう

えだ豆の種類



白毛豆（青豆）

最も多く流通しており、サヤは鮮やかな緑色で白いうぶ毛が生えている、一般的な種類のえだ豆。収穫の時期や粒の大きさなど様々な品種がある。



茶豆

外見は青豆に近いが、サヤの中の豆が茶色の薄皮を被っている。糖類を多く含むため、強い甘みと香りが特徴。収穫時期は青豆よりやや遅い。



黒豆

正月用の煮豆などに使われる黒大豆を、成熟前の若いうちに収穫したもの。サヤの中の薄皮がうっすら黒みを帯びており、収穫時期は3種類で最も遅め。

えだ豆
大好き！



■えだ豆の豊富な栄養

枝豆に多く含まれるビタミンB1とB2は体内で糖質・脂質などを分解してエネルギーに変える効果があり、夏バテ防止や疲労回復に効果的です。枝豆の良質なたんぱく質やビタミンB1・ビタミンCが肝機能の働きを助けます。

■「秋田のえだ豆」美味しさの秘訣

秋田の夏は昼夜の温度差が非常に大きく、日中、光合成をして得たエネルギーは夜、気温が下がることにより、消耗が抑えられ糖分が蓄えられます。