

三田市の特産物 黒大豆枝豆は4品種

三田市では、7月中旬から8月に収穫できる「スーパーたんくろう」、9月上旬から中旬に収穫できる「さとっこ姫」、9月下旬から10月上旬に収穫できる「黒っこ姫」、10月中旬から11月初めまで収穫できる「丹波黒」の4品種の黒大豆の枝豆を栽培し、パスカルさんだ、阪急オアシス、イオン等で販売しています。

ぜひ4品種食べてみて！！

枝に付いているから「枝豆」です

枝豆は大豆を未熟なうちに収穫したものです。

近年はさやだけが袋入りで販売されていることが多い枝豆ですが、以前はその名前の通り枝にさやが付いた状態で販売されていました。

色が黒い大豆だから黒大豆 黒豆とも言います

黒大豆は普通の大豆より、糖、アミノ酸含量が高いのでおいしいです。

黒大豆を未熟なうちに収穫したものが黒大豆枝豆です。熟したら黒豆になるので、枝豆の時から豆が黒っぽく、真っ黒なこともあります。

基本の調理法 茹で枝豆

【材 料】 枝豆 200g 塩 40g 水 1L

【作り方】

- ① さやを水で洗い、汚れをとる
- ② 半分の塩でさやを塩もみし、産毛をとって、塩味ののりをよくする
- ③ 鍋に水1Lと残りの塩を加えて沸騰させ、②の塩がついたままの枝豆を入れて再沸騰後約7分ゆでる。



三田の
枝豆は
1袋
200
g

コクと旨みが濃縮！焼き枝豆

【材 料】 枝豆 200g 塩 小さじ2

【作り方】 ① さやを水で洗い、汚れをとる。

- ② 分量の塩で、さやを塩もみする。
- ③ ②の塩がついた枝豆をアルミホイルの上に広げてのせる
- ④ トースターで約15分焼き、焼き色がついたらできあがり

※加熱時間は目安です。加熱器具や火力によって変わりますので、試食して加減してください