



1. しみ大根ってなあに？

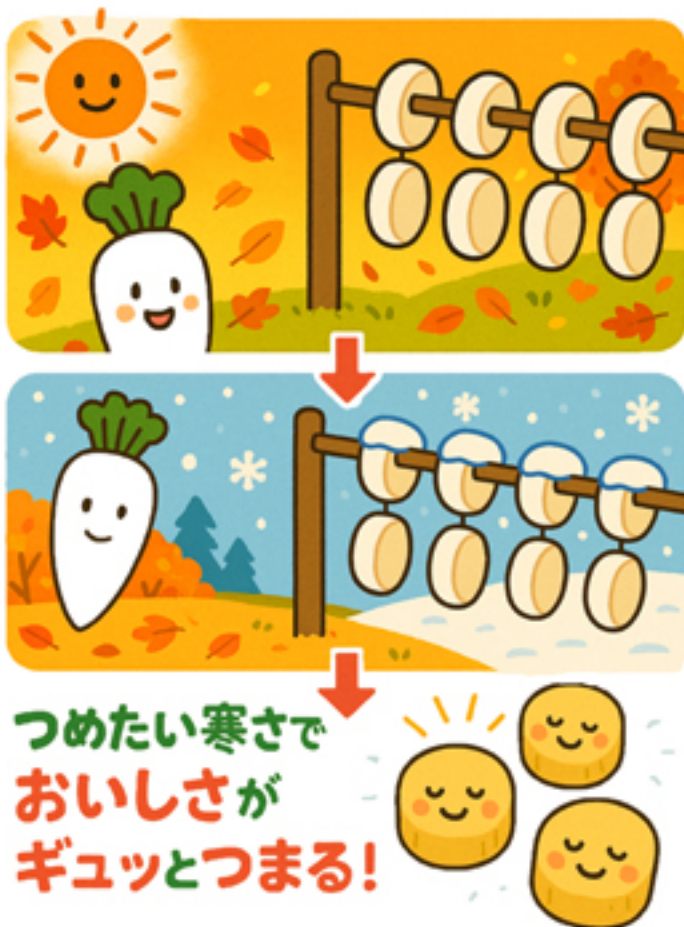
しみ大根（だいこん）は、雪がたくさんふる寒いところで作られてきた、保存食なんだよ。

秋にたくさんとれた大根を、冬の大雪の日に、雪にぬれないように軒下にほして、長く食べられるようにしたんだ。

しみ大根は、やさしいあまりとれない春の田植えの時期によく食べられる、むかしのごちそうだったんだよ。

寒い冬のあいだに、こおったり、とけたりをくりかえすことで、

うまみがギュッとつまった「しみ大根」ができあがるんだよ！



2. メイドイン松島！

このしみ大根は、宮城県の松島町（まつしままち）で作られたんだよ。

「松島のかぜ」と「クリエイティブ笑来（えみ）」っていう、

地元のはたらく場所で、障がいを持つひとたちが作ってるんだよ。

松島の自然と、やさしい手しごとから生まれた、

心がぽかぽかする保存食なんだよ！



4. なんでイチョウ切りにするの？

宮城県では「へそ大根」が有名なんだけど、もっとみんなが食べやすいように、このしみ大根は「イチョウ切り」っていう、うすくて食べやすい形にしたんだよ！

もともとは、まるごと干したり、大きな輪切りや、たてに切った大きな形が多かったんだ。そういう大きな大根は、おでんや煮ものにぴったり！

でもこの大根は、はじめからイチョウ切りにしてあるから、切らずにそのまま使える！

だから、スープ・みそ汁・炒めもの・お弁当…

いろんなメニューにパパッと使えて、便利でうれしい！ってわけなんだ●汁



3. しみ大根はスーパー大根！

しみ大根は、水分がめくれることで、おいしさのもとがグーンとふえるんだよ！

「アミラーゼ」っていう、すごいはたらきをするものがうごいて、

でんぷんをあまいもの（ブドウ糖や麦芽糖）にかえてくれるから、

食べるとほんのりあまくなるんだ汁

それに、体にもいいことがたくさん！

- ・おなかの調子をよくしてくれたり
- ・ほねをじょうぶにしてくれたり
- ・おはだもツルツルになっちゃうかも汁

生の大根よりも

エネルギーは 15 ばい！
食物せんいは 16 ばい！
カルシウムは 23 ばい！

