IWATE 岩手 応援企画
SUMI eat
木炭のプロ！
岩手県木炭協会
阿部さん
サキで〜す♡
5きげんテレビで人気の！
渡辺裕太さんときぬさん
岩手は木炭の生産量が全国1位（平成30年度）
2,682t
全国シェア 30.7%

すみdeイート

岩手の木炭で食を楽しむ。

第8回 2周年特別編

高品質 「岩手木炭」は地理的表示(GI)保護制度に登録されています

バーベキューで使う炭をどんな基準で選んでいますか?

炭にも種類があり、それらを知ることで、さらに食を楽しむことが出来ます。

岩手木炭の特長は、
1. 不純物、煙、炎 匂いが少ない 爆（は）ぜにくい
2. 火付き、火持ちが良く 初心者でも扱いやすい
3. 遠赤外線で芯から焼けて美味しくなる

左記の特長を保証しているのがこのGIマーク。ぜひお店で探してみてください!

え、渡辺裕太さん!? きぬさんも登場!!

こんにちは！サキです。岩手木炭を使っていわての食材を味わう企画「すみdeイート」もスタートして満2年、8回目を迎えることができました！ わーいパチパチパチ♪ これも読者の皆様のおかげです。今後とも岩手を心から愛する企画、すみdeイートをよろしくお願いします。

その記念すべき第8回目は…なんと！テレビ岩手「5きげんテレビ」でも活躍中の渡辺裕太さんときぬさんが参加してくれることに。

そして夏休みということでうちの娘2人も連れてきちゃいました。

他にも岩手木炭のエキスパート、岩手県木炭協会の阿部さんにもお手伝いいただきながら豪華に進めていきますよー。それでは今回もレッツバーベキュー!!

焼き鳥セットおすすめです♪
パエリアに大変身
最強だから!

まずは買い出し！ 盛岡・上鹿妻の産直あいさい館へ

夏といえばアウトドア…アウトドアといえばキャンプ場ですよね？（圧） そこで今回のすみdeイートの目的地は、盛岡市近郊にもかかわらず本格的なキャンプから家族連れでのアウトドアまで楽しめる盛岡市都南・つどいの森に決定！久しぶりのキャンプ場はいつもと違ってワクワクするね♪

つどいの森に行く途中、みんなで買い出しに行ったのは上鹿妻の産直「あいさい館」。ここは地元の採れたて野菜や手作りの食品がずらりと並んでいて地元でも大好評の産直なんだって。そこで新鮮な野菜をいっぱい買い込んでいよいよつどいの森へGO！ ちなみにあいさい館はもう午前中に売り切れの野菜や商品もあったし、購入したもの以外にも美味しそうなものがいっぱいあったので個人的にまた行きたいと思います。（笑）

豪華ゲストを迎えてのBBQはちょっと贅沢に

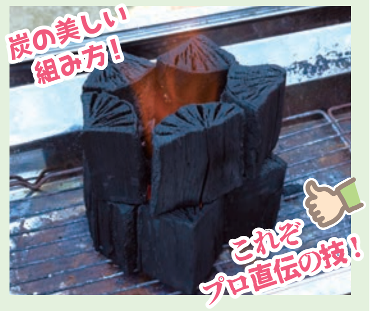
今回は渡辺裕太さんときぬさんが参加してくれるということなので、これまですみdeイートで好評だった食材や料理をさらにアレンジしながら進めていきたいと思います。

まずはお肉。牛肉はいわて門崎丑（かんざきうし）。牧場直送で毎回大好評！しかもステーキ用の最高級リブロースと、脂は少なめで柔らかく旨味が強いランプ肉の2種類。そしてみんな大好きな焼き鳥用に二戸・あべはんのあべどり焼き鳥セットとつくね串をチョイスしました。この焼き鳥セットって普通の鶏肉の他にも砂肝とか色々入ってるし、つくね串はコリコリ食感が最高で味も抜群なんだよね。ちなみに岩手県は鶏肉の生産量が日本で第3位！やっぱり岩手ってすごいな！

野菜はもちろんあいさい館で購入した採れたてのナスにピーマン、とうもろこし、ズッキーニ、さつまいもなど美味しそうな野菜をいっぱい用意しました。あ、あとあいさい館のお母さんがおすすめしてくれたピーマン味噌がめちゃくちゃ美味しかったこともご報告しておきます。（笑）

いよいよみんなで、レッツバーベキュー！

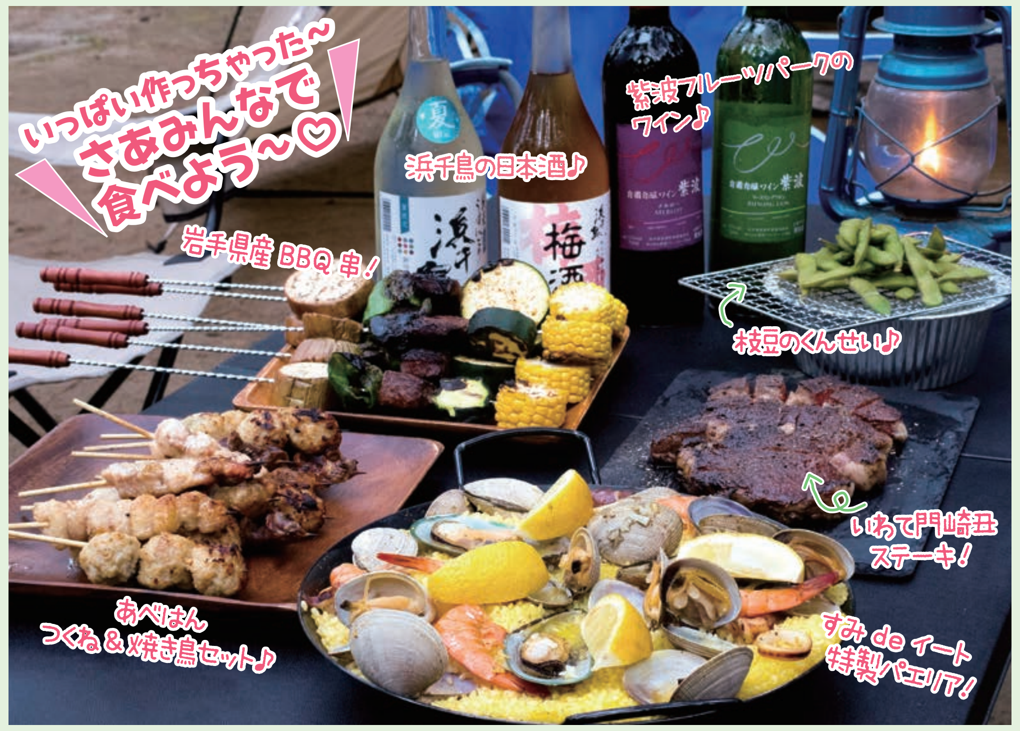
さぁ、まずはみんなでバーベキューの準備から。今日は参加してくれるメンバーが多いからテキパキ準備しないとね。火おこしは裕太さんと岩手県木炭協会の阿部さんがやってくれました。阿部さんはさすが木炭のプロ！すっごい上手に炭を扱っていてアウトドア好きの裕太さんも興味津々でした。



料理の準備は私と娘たち、そしてきぬさんが担当です。ここはすみdeイートの先輩として私が頑張らなきゃ…と思ってはみたものの、結局は娘たちの心配でオロオロしっぱなし（汗） それに比べてきぬさんの手際の良さはさすがでした…尊敬しちゃいます。

きぬさん!楽しいステキな方♡

そんなこんなで食材の準備も完了したのでいよいよみんなでバーベキュースタート!!


いっぱい作っちゃった〜 さあみんなで食べよう〜♡
浜千鳥の日本酒♪
紫波フルーツパークのワイン♪
岩手県産 BBQ 串!
枝豆のくんせい♪
いわて門崎丑ステーキ!
あべはん つくね&焼き鳥セット♪
すみ de イート 特製パエリア!

イイ感じ…
燻製中! なんていいにおい♡

まずはこれまでやってるようでやってなかったバーベキュー串。大きめにカットした食材をダイナミックに串焼きにして、これぞバーベキューって感じ。同時にあべどりの焼き鳥と門崎丑のステーキも焼いていきます。美味しいお肉って焼いてる時の香りが違うよね。これはたまりません…お肉最高〜♡

さらに今回はきぬさんがパエリアと枝豆の燻製を仕込んでくれました！パエリアに使ったお米は今や岩手県を代表するブランド米、銀河のしずく。魚介の旨味とよく絡んで美味しい〜♪ 以前すみdeイートでもパエリアには挑戦したけど、なんかその時より味も手際もウワテのような…。

そして枝豆の燻製。これがすごかった！燻製用のチップと100均で売ってるようなアルミ鍋、あと金網で美味しい枝豆の燻製を簡単に作っちゃうの!!これ絶対マネしてみよう。先輩、勉強になります！（笑）

裕太さんと阿部さんに準備してもらった我らが岩手木炭も火力が強くて安定感バツグンでした。変に爆ぜたりしないから私たちでも扱いやすいんですよね。やっぱり岩手木炭って優秀〜!!

これぞ至福の時。デザートは定番のアレで

料理も出来上がったし、では…みんな揃って「いただきまーす!!」

やっぱりアウトドアでみんな揃って食べるバーベキューは格別だよね。ちょっと焦げちゃったり、生焼けだったりすることもご愛嬌ってことで、全員が笑顔で今回も岩手の食材を美味しくいただきました。最後にすみdeイートの密かなこだわりデザートはすっかり定番の焼きマシュマロ。そのまま食べてもビスケットに挟んでスモア風にして食べてもとってもスウィートで美味しいのです。子供たちにもめちゃくちゃ大好評でした〜♪

かんぱーい! バーベキュー楽し〜!
裕太さん、きぬさん&阿部さん ありがとうございました!

スモア風もおいしいよ♡
やってみよ…

今回もアウトドアを満喫！ そして岩手の恵みに感謝

今回のすみdeイートは特別ゲストに渡辺裕太さんときぬさん、そして岩手県木炭協会の阿部さんをお招きしての豪華版になりました。参加された皆さんも岩手木炭の素晴らしさ、岩手の食材の美味しさを堪能してくれて私もやっぱり岩手って素晴らしいなぁ〜と感激しちゃいました。本当に皆さんありがとうございました！

特別編はここだけじゃ終わらない！ テレビ版もやっちゃうよ

そして最後にお知らせです。なんとすみdeイートがテレビ番組になっちゃうんです!!今回紙面ではご紹介できなかった裕太さんときぬさんの炭焼き体験やキャンプ場でのあんな話やこんな出来事をぜーんぶテレビで放送しちゃいます。実は裕太さんときぬさんはみんなでキャンプ場にお泊りしたらしいですよ。（小声）

放送は、8月12日（土）午後4時25分から、テレビ岩手で！ それでは皆さんお楽しみに〜!!

自然の中での朝はサイコ〜♪
ちょっとだけ予告〜♡

岩手の「食」を面白くするのは木炭だ
岩手木炭
岩手切炭
「IWATE CHACOAL」
ご購入はお電話またはオンラインから
TEL 019-601-7144
最新情報check!
(一社)岩手県木炭協会

もちふわ足感
PEAK LIFE
Home One サトー
ホームワンサトー
HP Instagram

rakra ラ・クラ
北東北の楽しい暮らしを提案するエリアマガジン
7・8月号 特集 やっぱり肉三昧
2023 7・8月号発売中！
定価880円
お求めは、青森・秋田・岩手の書店、コンビニで。ホームページからも購入いただけます。
発行：川口印刷工業株式会社 rakra 検索

パッケージの企画・デザイン設計・印刷加工
全てをトータルプロデュース
株式会社 文協印刷
盛岡市津志田15-35-5 TEL.019-638-3901

★季節のフルーツ使用
※写真はイメージです。
浄土ヶ浜パークホテル 売店「おおきに」別館
海のケーキ&アイスクリーム屋さん
場所／浄土ヶ浜ビジターセンター前 TEL.0193-62-2321(代)
営業時間／11:00〜17:00 定休日／水・木曜日

銀河のしずく
Ginga no Shizuku
いわて純情米
まえむきに ひたむきに 純情産地 いわて
HP YouTube
全農 JA全農いわて

害虫駆除・退治のことなら
三井ピ・シ・オ
しっかりハチを退治してお庭で楽しくBBQ!!
0120-647970
ムシナクナレ

スタッフ募集中
青春リハビリテーション
宮古第一病院
宮古市保久田8-37 TEL0193-62-3737

株式会社 あべはんグループ
あべはんショップ
場所 二戸市の本社1階
営業時間 8時〜16時
営業日 HP掲載のカレンダーのとおり
二戸市・本社前 冷凍自販機もあります!
あべどりの焼き鳥や加工品を販売!
ショップがお休みの日も… 24時間365日購入可能!
二戸市にお越しの際はゼヒお立ち寄りを!

周囲を圧倒する存在感。 NEW VELLFIRE
T-MIG ネッツトヨタ岩手
本社／盛岡市東仙北2丁目13-35(バイパス沿い)
TEL 019-636-2111(代)
https://www.netz-i.co.jp/

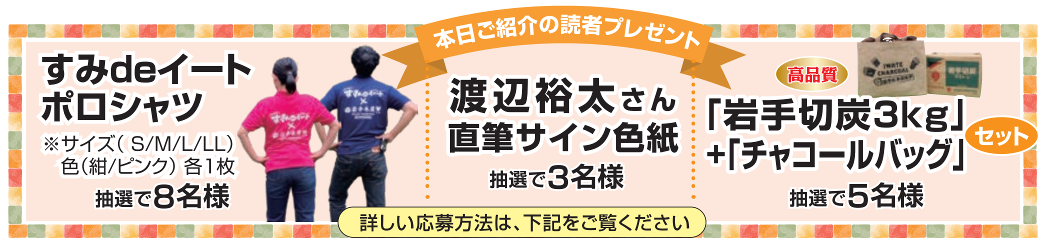
高級車としての本質の追求。 NEW ALPHARD
T-MIG 岩手トヨペット
本社／盛岡市上田2丁目19-40
TEL.019-651-3211
https://iwate.toyopet-dealer.jp/

高円宮杯 U-18 i.LEAGUE 全48チーム紹介
THE ACCELERATION EVOLVES
i.LEAGUE 2023公式パンフレット
2023 北海道インターハイ直前特集
北の大地で輝きを放て
盛岡南高校（剣道部）
水沢工業高校（ボクシング部）
平舘高校（相撲部）
好評発売中!!
Vol.92 臨時増刊号 定価800円
岩手をひとつにするのはスポーツだ
IWATE Sports Magazine 岩手スポーツマガジン スタンダード
Standard
https://www.iwatestandard.jp
編集部 山口北州印刷(株) 〒020-0184 盛岡市青山4丁目10-5 Tel/019-646-8111 Fax/019-648-1026 Mail iwatestandard@yahoo.co.jp

いわての美味を すみ de イート!
〜裕太 と きぬ の BBQ ホリデー〜
渡辺裕太
きぬ
TVI テレビ岩手
放送 8/12(土) 16:25〜16:55

IWATE 岩手応援隊 OHENTAI

㈳岩手県木炭協会 あべはんグループ 岩手トヨペット㈱ ネッツトヨタ岩手㈱ レクサス盛岡 村井産婦人科・小児歯科医院 21SEIKI GROUP ジャムフレンドグループ パチンコムービー
宮古第一病院 ワカサ写真 ホームワンサトー 文具の杜陵 ブライダルハウス装美 サロンド・キューピィ 浄土ヶ浜パークホテル ㈱シルフィード ㈱ライト・ア・ライト
㈱サンフィード ㈲メディアファースト めんこいエンタープライズ㈱ 山口北州印刷㈱ 永代印刷㈱ 川口印刷工業㈱ ㈱吉田印刷 ㈱文協印刷 テレビ岩手


本日ご紹介の読者プレゼント

すみdeイートポロシャツ
※サイズ（S/M/L/LL） 色（紺/ピンク）各1枚
抽選で8名様

渡辺裕太さん直筆サイン色紙
抽選で3名様

高品質 「岩手切炭3kg」+「チャコールバッグ」セット
抽選で5名様

詳しい応募方法は、下記をご覧ください