

このレシピ集は、栃木県内の農家のお母さんが、地元の食材を使って作った料理を集めたものです。栃木県にはおいしい食材がたくさん！農産物直売所などで、新鮮でおいしいとちぎの食材を見つけて作ってみてください。

❀このレシピ集で使われている 栃木県が誇る食材❀

- ★いちご…言わずと知れた栃木県代表の農産物。栃木県のいちごの生産量は54年連続で全国No1※1！甘さが際立ついちご王国のニューフェイス「とちあいか」や、まるやかな甘さの白いちご「ミルキーベリー」など多くの品種があります。
- ★なし……とちぎのなしといえば、とって大きくて甘い「にっこり」。栃木県はなしの生産量が全国3位※2です。
- ★牛乳……栃木県は生乳（牛乳の原料）の生産量が本州一※3。白と黒の模様の乳牛（ホルスタイン種）が多く飼われています。
- ★トマト…冬の日照量の多い栃木県では、ハウスの中で太陽の日差しをたっぷり浴びた冬春トマトの栽培が盛んです。栃木県のトマトは、面積あたりの生産量が日本一※4。県全域で栽培されていますが、特に県南地域で盛んです。
- ★にら……栃木県のにらは、年間通して収穫されていて、東京市場で1位※5の取扱量です。県全域で作られています。
- ★きゅうり…きゅうりは県南の地域で多く作られています。冬もハウス栽培がされている地域もあります。
- ★アスパラガス…堆肥を有効活用して栽培されています。春先のアスパラガスは太くてジューシー、夏のアスパラガスはやわらかいのが特徴です。那須地域で栽培が盛んです。
- ★なす……なすは県全域で作られています。夏秋なすは東京市場で第2位のシェア※6を誇ります。
- ★ねぎ……栃木県のねぎには、新里ねぎ、宮ねぎなど古くから栽培されているものから、ハウスで栽培されている那須の白美人ねぎなどがあります。
- ★牛肉・豚肉…栃木県は畜産が盛んな県です。高品質のとちぎ和牛、とちぎゆめポークなど、生産者の思いが詰まったブランド肉も多く存在します。

※1：1968～2022年 農林統計 ※2：令和3年産果樹生産出荷統計 ※3：令和3年牛乳乳製品統計調査

※4：令和3年産野菜生産出荷統計 ※5、6：東京都中央卸売市場市場統計情報