

ふだいの お土産

海の幸から里山の幸、
特産品を使ったお菓子や加工品など、
普代のお土産は自然の恵み
たっぷりの逸品ぞろい。



温かいラーメンのほか、
冷やし中華や中華ざるでも



ふだい 昆布らーめん

普代産昆布を使った、昆
布が香るもちもち食感の
美しい緑色の麺。

磯の風味が香る
三陸の味覚



楽しい食感の
ヘルシーな海藻



ふのり

普代村では味噌汁の具の定番品。
できあがった味噌汁に入れるだけで
簡単に食べられます。和え物やサ
ラダにもぴったり。

湯通しすると
色が変わる！



マツモ

お吸い物や酢の物などに使われる、
三陸特産の海藻。つるつとした食
感とシャキシャキの歯ごたえをお
楽しみください。

いかせんべい (三船製菓)

ほどよい甘さに適度
な歯ごたえ、いかの形
とほんのり香るいか風
味がくせになる、普代
の定番土産です。

赤字を皆で
食べ尽くそう！



三鉄赤字せんべい

三陸鉄道の赤字を挽回すべく開発。たっぷりのゴマと
青のりがちりばめられ、クッキー風の味わいが特徴です。



普代の駄菓子
定番商品

三陸沿岸はしいたけの
一大産地



かりんとう

普代周辺のかりんとうは、
うずまき丸型がスタン
ダード。素朴な味わいの
普代駄菓子は、お土産に
も喜ばれる一品です。

干しいたけ

傘が大きくて肉厚な普代産
原木しいたけを、天日に干
して乾燥させた干しいた
け。出汁や煮物に幅広く
お使いください。

シャキシャキ食感の
ヘルシー食材



塩蔵わかめ

三陸の栄養満点な海で育った、
海洋ミネラルたっぷりの普代
のわかめ。外洋に近い荒波が、
肉厚な食感を生み出します。

海の風味旨みを
詰め込んで



何でも使える
ネバネバ食材



ふだいのねばり((株)青の国ふだい)

食物繊維たっぷりのアカモクと叩きめかぶを合わせた、ごは
んのお供。麺類へのトッピングや納豆やえにもおすすめ。



普代のお土産
教えちゃつよー！

ふだいのお土産は
自然からの贈り物。

三陸初夏の濃厚な
味を届けます

うに

初夏から漁が行われる普代のうに。旬の季節の生うにのほか、瓶詰めで通年販売される塩うにの味も格別です。



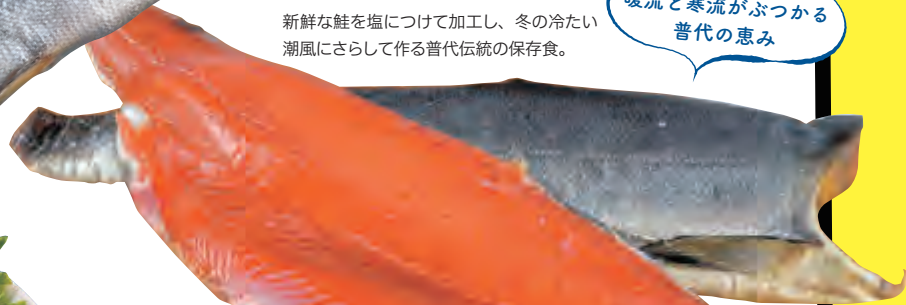
普代サーモン

魚種が豊富な普代の海で、一番の水揚げを誇る鮭。秋の港は鮭の定置網漁船で活気に溢れます。生食や加工品が豊富な三陸の恵みをどうぞ。

新巻鮭

新鮮な鮭を塩につけて加工し、冬の冷たい潮風にさらして作る普代伝統の保存食。

暖流と寒流がぶつかる
普代の恵み



鮭フィレ

三枚におろして骨を処理した鮭の半身を、手軽に新鮮なまま味わえる真空パックで販売。



いくら

潮の香りがはじける大粒いくら。塩漬けや醤油漬けなど店ごとの味をお楽しみください。

バラエティ豊かな
海の味わい

ふだいの浜小鉢 (嵯峨商店)

さざみ昆布煮や塩いくら、味付けたこなど普代の海の幸を詰め込んだ6種類のおかず。食卓のもう一品、ごはんのお供に。



普代産いくらと昆布をセットで

北三陸の贈り物 (越戸商店)

いくらと醤油漬けと、昆布巻きの贈答パッケージ。薄味で柔らかく煮付けられた昆布巻きの上品な味わいをどうぞ。

爽やかな風味の
柔らかカルビ
ピリ辛味のこく旨ホルモン

生たれカルビ・ 生たれホルモン (上神田精肉店)

普代産刻み昆布たっぷり「特製生たれ」に漬け込んだ、旨みたっぷり味付カルビとピリ辛味のホルモン。りんごの甘みが隠し味です。



普代おでん

結びずき昆布に、すき昆布入りのさつま揚げとちくわ、すき昆布を練りこんだ汁物用せんべいが入った、普代の新定番。

昆布が効いた
ご当地グルメ



寒じめほうれん草

濃厚な緑色と縮れた厚い葉肉が特徴のほうれん草。普代村の山間部で生産され、寒さに耐えたつぼりの甘みを蓄えます。

甘みたっぷり
普代の里山の幸



鉄山染

割沢鉄山が発祥の染物で、鉄山の水と染料が生み出す優しい色合いが特徴。虫除け効果もあると珍重された品です。

自然が生み出す
優しい風合い



ふだいのアンテナショップ
「あいだ」

