



「食の都庄内」ショートレシピ動画 第1弾  
 庄内の伝統食材「青きなこ」でつくる  
 「バナナアイス～青きなこ黒蜜がけ～」公開中！

「食の都庄内」ブランド戦略会議※では、今年度から、若い世代に向けて庄内の伝統食材の認知度拡大を図るため、スーパーで手に入る伝統食材を使ったショートレシピ動画を制作します。

このたび「第1弾」として、「青きなこ」を使ったショートレシピ動画を「食の都庄内」公式SNSで公開しましたので、周知に御協力くださるようお願いします。

【ショートレシピ動画（第1弾）概要】

1 タイトル

庄内の伝統食材「青きなこ」でつくる「バナナアイス～青きなこ黒蜜がけ～」

2 動画の内容

約30秒の動画で、上記レシピの作り方を紹介。

《庄内の伝統食材「青きなこ」とは》

「青きなこ」は青大豆から作られており、緑がかった色味が特徴で、風味が強く、甘みもあります。庄内町跡地区（旧余目町）では、100年以上も前から青きなこの原料である在来青大豆「黒神（こくじん）」を栽培しており、特産品となっています。

全国的には黄色または褐色のきなこが一般的ですが、彩り良く、美味しそうに見えることから、庄内では「青きなこ」が広く使われるようになってきています。

《今回のショートレシピ動画の内容》

袋にバナナ、青きなこ、きび砂糖、牛乳を加えて揉み込み、冷凍庫で冷やし、黒蜜と青きなこをかけて完成。簡単で洗い物なし、暑い日の朝食代わりになるおすすめレシピです。

3 レシピ考案・動画制作者

えのもと みほ 榎本 美歩 氏（管理栄養士、インスタグラマー、鶴岡市在住）

4 動画を公開する公式SNS（8/23公開）

「食の都庄内」の公式SNS（Instagram、YouTube、Facebook）で公開



公式  
Instagram



公式  
YouTube



公式  
Facebook



5 今後の予定

今後さらに4種類の庄内の伝統食材を使った動画の制作・公開を予定しています。（伝統食材：油揚げ、赤かぶ漬け、干し柿、酒粕）