

～毎月第3水曜の週は水産Week!～

みやぎ 水産の日 **だよ**



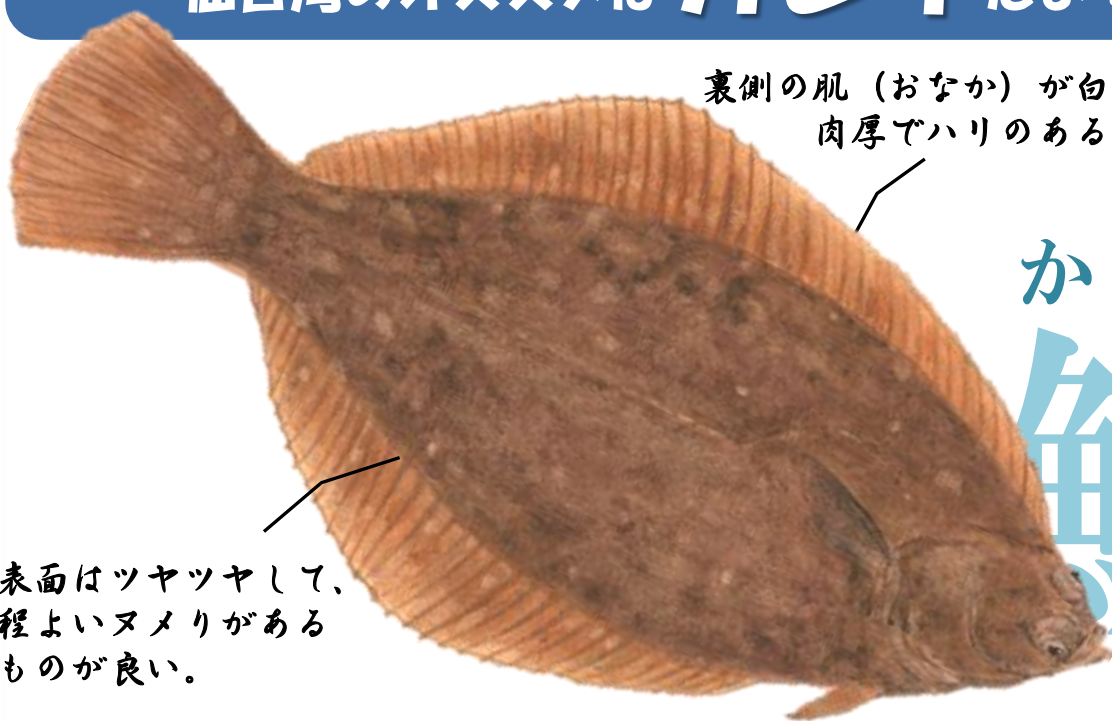
2018

7 月号

仙台地方振興
事務所管内版

県全体のオススメ! カツオ  にくわえ、

仙台湾のオススメは **かれい** だよ!



裏側の肌 (おなか) が白いもの。
肉厚でハリのあるものが良い。

表面はツヤツヤして、
程よいヌメリがある
ものが良い。

かれい 鰈

日本語の“かれい”は、「唐鰈^{からえい}」または「洄れ鰈^{か えい てんか}」が転訛したものと言われています。種類も調理法も実に多様なカレイですが、身の旬は“夏”と言われており、脂がのった繊細で上品な白身を楽しむことができます。仙台湾では、年間を通して様々なカレイ類が水揚げされており、特にマコガレイとマガレイが代表的なものとなっています。

毎月第三水曜の週は 水産Weekだよ!

豆知識

《カレイとヒラメの違い》

「左ヒラメに右カレイ」という言葉もあるように、ほとんどの場合、お腹を下にしたときの頭の向きでカレイとヒラメを見分けることができます。しかし、海外では頭が左向きのカレイも多く存在するので、見分けるときは口を見た方がより確実です。カレイは砂の中にいる虫を主食としているため、歯や口は小さく、おちよぼ口に見えるそうです。

カレイ



ヒラメ



オススメ
レシピ!

カレイのおろし煮



材料 (4人前)

かれい	4切れ
大根	600g
ごま油	小さじ2
三つ葉	適量
七味唐辛子	少々
(A) だし汁	2カップ
醤油	各 大さじ2
みりん	
酒	

作り方

①ごま油を熱したフライパンにカレイを入れ、焼き色がつくまで焼く。

②大根をおろし、水気を絞る。

③鍋に(A)を入れて煮立たせ、カレイを加える。再び煮立ったら火を止める。

④残った煮汁、大根おろしをかけたら完成!
(お好みで三つ葉や七味唐辛子も!)

発行:宮城県仙台地方振興事務所水産漁港部
「みやぎ水産の日」ホームページアドレス
<http://www.pref.miyagi.jp/site/suisannohi-sendai/>

来月8月のオススメ食材は
ホタテガイ!



毎月第3水曜日はみやぎ水産の日

みやぎ 水産の日

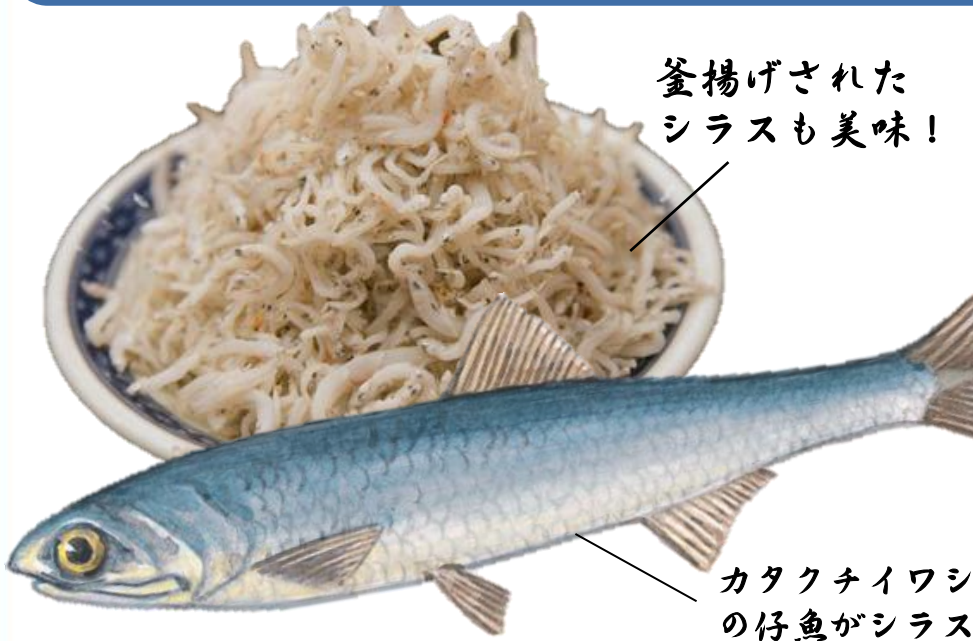


2018

7 月号

仙台地方振興
事務所管内版

県全体のオススメ！カツオ  にくわえ、
仙台湾のオススメは **シラス** だよ！



釜揚げされた
シラスも美味！

カタクチイワシ
の仔魚がシラス

シ
ラ
ス
白
子

「シラス」は主にカタクチイワシの仔魚で、これまで福島県が北限とされてきましたが、平成29年から仙南地区において、本格的に操業開始しました。新たな「北限のしらす」として地域のブランド化を目指し、漁業協同組合や仙南地区の水産加工業者、飲食店で生産拡大や関連商品の開発・販売等の取組を展開しています。

毎月第三水曜の週は 水産Weekだよ!

知っておきたい
豆知識①

「北限のシラス」について



シラスはカタクチイワシやマイワシなど、イワシ類の仔魚のことをいいます。よく白魚(シラウオ)と混同されますが、全く別の種類の魚です。今年度における**県内のシラス漁の操業期間は7月から11月**で、「1艘曳き(いっそうびき):1隻の船で網を曳く」という漁法により漁獲されます。宮城県内の水産加工品の品評会では、閑上のシラスを使った加工品が数多く受賞するなど、**仙南地区の新たな名物として注目を集めています。**

知っておきたい
豆知識②

シラスの加工品の違い

シラスの加工品で有名なものとして、**釜揚げしらす**、**しらす干し**、**ちりめんじゃこ**の3つがあります。それぞれの違いは、製造方法(主に乾燥工程)、そして水分量です。水分量は**①釜揚げしらす②しらす干し③ちりめんじゃこ**の順に多く、食感や風味もそれぞれ異なります。



発行: 宮城県仙台地方振興事務所水産漁港部
「みやぎ水産の日」ホームページアドレス
<http://www.pref.miyagi.jp/site/suisannohi-sendai/>

来月8月のオススメ食材は
ホタテガイ!

