

毎月第3水曜日はみやぎ水産の日

みやぎ 水産の日



2019

1 月号

仙台地方振興
事務所管内版

県全体のオススメはノリ  !

仙台湾のオススメも ノリ だよ!



海の 苔り

宮城県は全国の主要なノリの生産地のうち最も北に位置し、生産されたノリは「みちのく寒流のり」として出荷されています。海の緑黄色野菜といわれるほど栄養豊富で、ビタミンやミネラル、食物繊維が多く含まれています。宮城のノリは外海で育てられるため、パリッとした食感かつしっかりとした歯ごたえが特徴です。風味豊かな宮城のノリを是非ご賞味下さい!

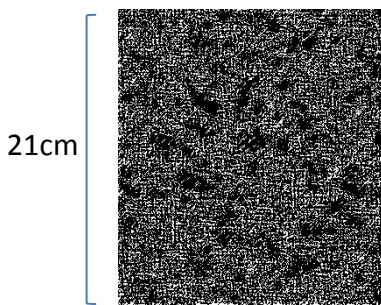
毎月第三水曜の週は 水産^{ウィーク}Weekだよ!

用途で使い
分けよう!

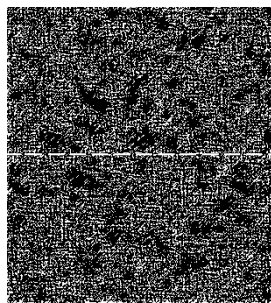
様々なサイズのノリ



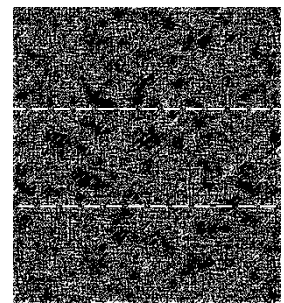
板ノリのサイズは一般的に縦21cm・横19cmとなっています。これを半分(2切)または4等分(4切)にしたものは**手巻き寿司用**、三等分(3切)または5等分(5切)にしたものは**おにぎり用**、2切を4等分にした八切、2切を6等分にした12切は**味付けノリ用**などとして使われることが多いです。



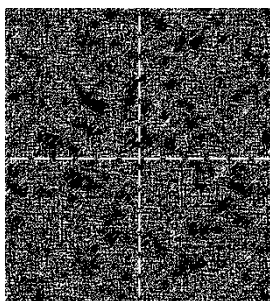
19cm
全形



半分(2切)
手巻き寿司など

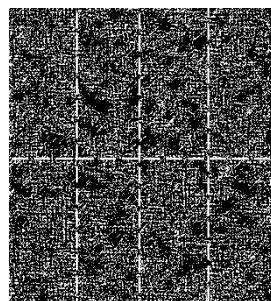


3等分(3切)
おにぎりなど



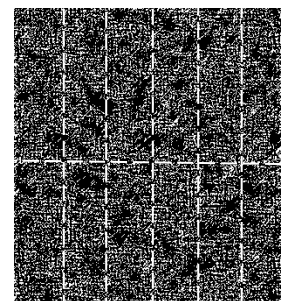
4等分(4切)

※横に四等分する場合もある



8等分(8切)

味付けノリなど



12等分(12切)

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2月のオススメ食材は
メカジキ!



毎月第3水曜日はみやぎ水産の日

みやぎ 水産の日



2019

1 月号

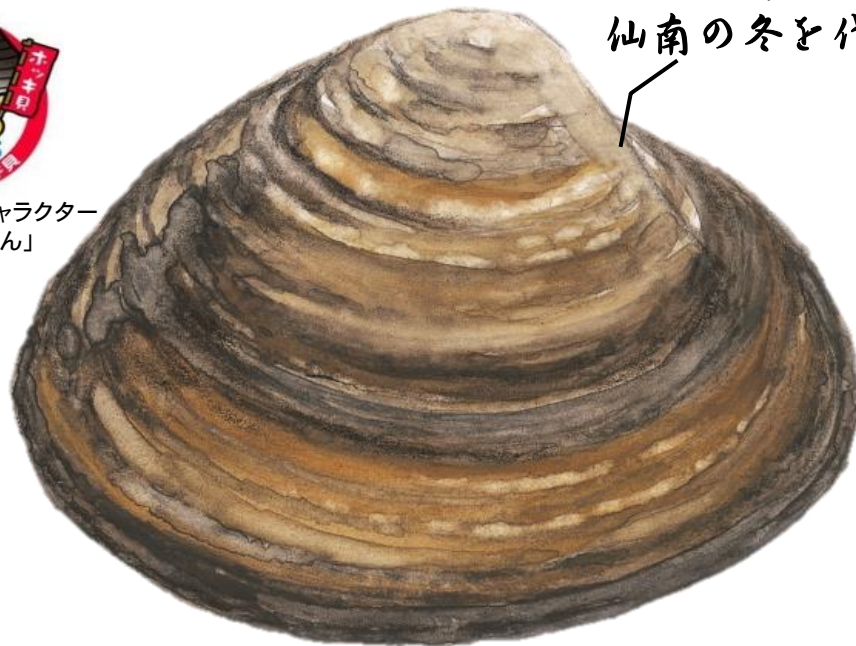
仙台地方振興
事務所管内版

県全体のオススメはノリ！
仙台湾のオススメはホツキガイだよ！

大きな身にあふれる旨み
仙南の冬を代表する名産



山元町観光PRキャラクター
「ホッキーくん」

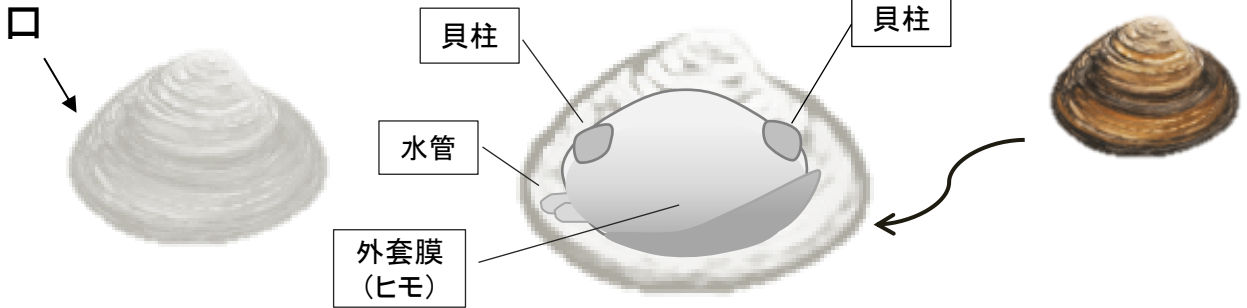


ほ
っ
き
が
い
北寄貝

冬から春が旬のホッキガイ（ウバガイ）は、仙台湾南部の砂浜域を中心に、漁獲量やサイズを決めて操業するなど、資源管理に基づき漁獲されています。貝殻の中にはたんぱく質、鉄分などを豊富に含む肉厚の身がびっしり詰まっており、仙台湾の「冬の貝の王様」とも言われています。最盛期を迎えたホッキガイを是非ご堪能ください！

毎月第三水曜の週は 水産Weekだよ!

ホッキガイの下処理方法



下処理の手順

①ホッキガイを洗う。ナイフを口に差し込み、二つの貝柱を貝殻から切り離して身を取り出す。

②身を良く洗い、砂を取り除く。

③身の周りの水管・ヒモを外し、二枚に下ろし、黒いわたや細い軟骨を取り除く。

→下処理終了!

刺身や寿司、お吸い物やホッキ飯に!
身だけでなくヒモも食べられます。



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2月のオススメ食材は
メカジキ

