

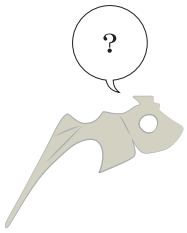
埋もれた価値を知ってほしい、西浅らしさを発掘する

西浅の西浅

NISHIASA NO NISHIASA

Thanks to

1st



特集

鮎並

あいなめ

日 本各地で獲れる魚ですが、呼び名は地方により違うようです。関西ではアイナメ・アブラメと呼ばれ、眼が愛らしいからという説が一番良いですね。小骨が多い魚なので鰹のように骨切りして使いますが、鰹ほど細かく包丁を入れる必要はありません。京料理では骨切りして照り焼きが定番のようです。鮮度が良ければ霜皮造りや刺身も美味しい魚です。

日本近海で獲れますが関西ではやはり瀬戸内、淡路島近辺の物に高い値段が付くようです。

先日明石の浜のアイナメの稚魚を頂いて唐揚げにしました。何も付けない素揚げでしたが骨も頭も無理なく食べられました（美味しかったです）。

しかし稚魚は資源保護のために獲らないようにしなければいけませんね！

取締役会長・児玉保次



あいなめ

鮮度を保つため活け処理されたもの

うおがし通信

美味しい旬のお魚

自家製味噌漬けのお召し上がり方

西 浅のロングセラー商品の一つ、自家製味噌漬けは現在13店舗がそれぞれ自店で漬け込む自家製品。少し粗めの粒味噌が魚の美味しさをより引き立たせます。今回はその味噌漬けをご家庭で美味しく焼く方法をご紹介します。

焼く前に・・・

焼く前にクッキングペーパーなどで表面の味噌や水分をふきとります。

(味噌がたくさん残っていると、焦げやすくなりますのでご注意ください)



<ポイント>

味噌漬は焦げたりくっつきやすいので、**アルミホイルを使うと簡単です。焼くときは弱火でじっくり、が上手に焼くポイントです。**

オーブントースターの場合

良く揉んだアルミホイルを敷き、その上に味噌漬けを置きます。そのまま、上下火で8～10分焼きます。焦げてきたらその部分にアルミホイルをのせて隠しながら焼きます。

グリルの場合

良く揉んだアルミホイルを敷き、その上に味噌漬けを置きます。片面を弱火で5～6分ほど焼き、皮と身にうすく焦げ目が付けば西京漬けを裏返し、もう片面を3～5分を目安に焼きあげます。(両火の場合は8～10分)

味噌漬けができるまでは

だいたい3日から5日ほどかかります



フライパンの場合

良く揉んだアルミホイルまたはフライパン用クッキングシートを下にしいて弱火で6～7分、ひっくり返して3～4分焼きます。

※加熱時間は目安ですので、枚数や火力によって調整して下さい。

<電子レンジ活用法>

外側が焦げて中まで火の通りが弱かった場合は、電子レンジが効果的です。

お皿に盛って30秒程すれば火が通ります。



colum

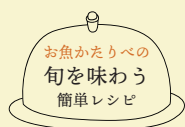
「旬」とは何ですか？

日本には四季があり、野菜や果物、そして鮮魚で重要視されるのが「旬」。まず西浅をはじめ鮮魚店でいわゆる「旬」と言っている魚は、「脂がのって美味しい時期」もしくは「たくさん獲れる時期」の2つの意味が含まれています。この両者が必ずしもどの魚も一致する訳ではない

のが魚の奥深いところなのですが、ひとまず今回は一致するものとして考えます。

「旬」の時期というのはもう少し細かく分けると「はしり」「さかり」「なごり」の3つに分けることができます。まず「はしり」は出始めの時期。初鰹を始め初物(はつもの)とも呼ばれます。この初物を食べるのが縁起が良いとされるので、お値段は少々高めです。続いて「さかり」は旬のピーク。脂もの、店頭でも目立つ位置にある

ので分かりやすいですね。どんどん食べていたきたい時期です。最後の「なごり」は旬の終わりの時期です。多くの魚は産卵などで脂が少なくなってくる時期ですが、中には「さかり」のような美味しい魚も入ってくることもあるので侮れません。もちろんこれらは一般論で魚種によって食べ頃というのは様々ですが、脂がのって美味しい「さかり」の時期にたくさん食べて下さい。値段も安くなっています。



アブラメ（新子）の唐揚げ

旨味がある白身で頭も丸ごといただけます

材料

- ・アブラメ（アイナメ）の新子・・・6～8尾
- ・塩・・・適量
- ・小麦粉・・・大さじ1
- ・揚げ油・・・適量
- 【添え物】
- ・木の芽・・・適量
- ・レモン・・・1/6個

作り方

- ①アブラメ（新子）の下処理（内臓を取り、エラをとっておく）をする。
- ②水洗いした後、しっかり水分をふき取り、塩を振っておく。
- ③ナイロン袋に②を入れ、小麦粉を加え、軽く振っておく。
- ④鍋に多めの油を熱し、③をカラッと揚げると。
- ⑤皿に盛り、山椒の葉とレモンを添える。



レシピ紹介
お魚かたりべ・料理家
森 貴子さん
Blog「穀菜魚食」
<http://taka828.blog.fc2.com/>

編集後記

「西浅の西浅」が今号で発行丸一年を迎えました。今後もよりディープな魚の世界と、西浅のこだわりをお伝えしていきますので応援よろしくお願い致します。今回コラムは「旬について」です。魚は産地はもちろん季節、成長度などで大きく味が変化する場合が多いのが特徴ですが、それが天然魚の面白さであり醍醐味といったも思っています。今どんな魚が美味しいか、ぜひ西浅スタッフにお気軽に尋ねてみて下さいね。



フリーペーパー
西浅の西浅について

おめでたい魚として祝いごとにも食される鯛には、内側に魚のような形をした骨が隠れていて、これを「鯛の鯛」といいます。江戸時代の書物にも「鯛中鯛」として登場する縁起物です。実は私たちのお店にも隠れた“価値”が沢山あります。そんな“価値”を鯛の鯛になぞらえて、「西浅の西浅」としてフリーペーパーで紹介・発信しています。



鞍馬ハウディ内 鳥丸店 Tel. 075-451-4959
京都ファミリー内 西院店 Tel. 075-321-5750
カナート洛北内 洛北店 Tel. 075-707-0805
イオンモール京都五条内 五条店 Tel. 075-326-4574

京都八百一本館内 六角店 Tel. 075-223-6780
阪急うめだ本店内 梅田店 Tel. 06-6363-6411
近鉄百貨店 上本町店内 上本町店 Tel. 06-6773-8002
近鉄百貨店 草津店内 草津店 Tel. 077-561-3537

生協CO-OP 二条駅店内 二条店 Tel. 075-811-0052
生協CO-OP 桃山店内 桃山店 Tel. 075-604-5792
生協CO-OP パリティ店内 西京極店 Tel. 075-323-4560
生協CO-OP 祝園駅店内 祝園店 Tel. 0774-98-3453

飯急オアシスかどの店内 葛野店 Tel. 075-863-5488

西浅本社 Tel. 075-451-5520