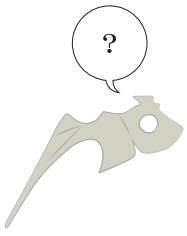


埋もれた価値を知ってほしい、西浅らしさを発掘する

西浅の西浅

NISHIASA NO NISHIASA



特集
秋刀魚
さんま

美味しい旬のお魚

うおがし通信

さんま 今年是不漁でしょうか

秋 と言えばサンマ。例年9月に
なれば美味しいサンマが出回
ります。

8月になればハシリとはいえ美味し
いサンマが出回り始めるのですが、
今年はお目にかかりません。北海道
の浜のほうでもサンマ出荷用のスチ
ロール容器にイワシを入れて送って
きています。市場もびっくりです。
それほどサンマの魚影が薄いので
しょうか。

サンマは漁獲された海域により脂の
のりが異なり味も違ってきます。

北海道東沖や三陸のサンマは豊富
なえさを食べているので脂が乗って
いる。しかしサンマは南下に伴い脂
が抜けてきます。

北海道東沖、三陸沖、鹿島灘、房総
半島沖、遠州灘、紀伊半島と南下し
ます。紀州沖で獲れる脂の抜けたサ
ンマは鮓に適当とされサンマの姿鮓
は紀州で有名です。

産卵場所は本州の中部以南沖合
で稚魚は本州沖合を北上し、えさ
の豊富な北海道東沖合いで一年後に
30センチぐらいまで成長し漁獲の対
象となります。

サンマはこの循環を繰り返していま
すが、このどこかで不都合があり今
年の不漁を招いたのでしょうか。

今後漁獲の回復を祈りましょう。

取締役会長・児玉保次

西浅バイヤーよりお得情報!

今年は「秋鮭」がおすすめ!



先 月終わりに西浅の店頭ではちらほらと秋のお魚が入荷してきています。その中から今年西浅として特におすすめなお魚をピックアップしてご紹介いたします。



秋鮭

バイヤーいちおしは天然「秋鮭」!主に北海道で水揚げされる「シロサケ」のことです。川で生まれた鮭は、海へと下り、大きく成長して、再び生まれた川へと帰ってきます。北海道では生まれた川へと戻ってくる鮭を、海に仕掛けた大型の定置網で捕まえています。水揚げのピークは鮭が産卵のために戻ってくる9月・10月。この時期に漁獲される鮭は「秋鮭」と呼ばれ、多くが北海道で漁獲されます。



西浅の人気商品の一つです。フライパンで焼くだけで美味!

去年は記録的な不漁にみまわれた秋鮭ですが、今年は今の所まとまった漁獲量があり価格も安定しお手頃になるようです。



秋鮭の筋子

秋鮭といえば「筋子」もおすすめです!今の時期にしか出回らない筋子で自家製いくら作りを楽しみにされている方も多いと聞きます。生筋子を薄めの食塩水でさっと洗い、約40℃のぬるま湯で筋子をほぐし、生筋子約200gに対し醤油大さじ2、酒・みりん各大さじ1を目安に混ぜ合わせた調味液に漬け冷蔵庫で一時間程度寝かせるだけで出来上がり!(添付の調味液を使うのも簡単です。)

最近には色々な鮭が出回っていますが、秋鮭は全て天然!脂の乗りは養殖物と比べると薄めなのですが鮭の旨味と、他の食材や料理に合わせやすいのが特徴です。今年はずいぶん秋鮭を堪能してくださいね!

店頭にもレシピもご用意しています!スタッフにもお気軽にお尋ね下さい。

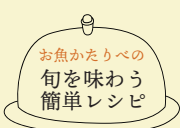
information



「離乳食に魚を取り入れてみませんか?~フィッシュスタート~」

赤ちゃんの離乳食に魚を使いたいけどどういったレシピが良いのか分からない...そんな方におすすめなのが長崎市が発行する魚を使った離乳食レシピ集「フィッシュスタート」。

赤ちゃんの成長段階に応じた離乳食の進め方やだしの取り方、大人の料理から材料を少し取り分けて乳幼児の離乳食を作るレシピが掲載されています。以下の長崎市のホームページから無料でダウンロードできる他、「フィッシュスタート」で検索してください。ホームページにはレシピ動画も掲載されていますのでそちらもぜひご覧下さい。(QRコードを読み込むとホームページにアクセスします)



秋刀魚のアクアパッツア

パツと作れて見た目も華やか!秋の洋風メニュー

材料(4人前)

- ・秋刀魚・・・2尾
- ・あさり・・・100g
- ・トマト(食べやすい大きさに切る)・・・1/2個
- ・ピーマン(食べやすい大きさに切る)・・・1/2個
- ・にんにく(みじん切り)・・・1片
- ・タイム・・・適量
- ・パセリまたは好みのハーブ・・・適量
- ・オリーブオイル・・・大さじ2
- ・水・・・50ml
- ・白ワイン・・・30ml
- ・塩・胡椒・・・適量
- ・レモン・・・適量

作り方

- ①あさりを洗っておく
- ②秋刀魚はサッと水洗いし、水気をふき取り、食べやすい大きさに切り、塩・胡椒をふる。
- ③フライパンに、オリーブオイル大さじ2とニンニクをいれ、弱火で香りを引き出す。香りがたったら、タイムと②を軽く焼く。
- ④あさりを加え、ワイン、水を回し入れ、蓋をして、中火で3~4分蒸し焼きにする。
- ⑤蓋をとり、トマト、ピーマンを加え、スープ(煮汁)をかけながら煮詰める。
- ⑥火を止め、パセリ(好みのハーブ)、レモン、器に盛り、オリーブオイルを回しかけて完成。



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/>



京都にて旬のお魚を味わう料理教室を開催されています。詳細はブログにて

編集後記

今年の猛暑もちよつとはひと段落したかな?という程度ですが、海はもう秋になっています。秋刀魚の不漁のニュースを見るたび私たちもやきもきしているのですが、早く美味しい秋刀魚をお届けできるようバイヤーも北海道と連絡を取りながら情報を得ているとのことです。また、その分今年は秋鮭がおすすめとなっていますので「秋」を店頭やご自宅で味わっていただければと思っております。(表紙写真は秋刀魚押寿司です)

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お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 烏丸店 Tel. 075-451-4959
- 阪急オアシスカドの店内 葛野店 Tel. 075-863-5488
- 生協CO-OP二条駅店内 二条店 Tel. 075-811-0052
- 京都ファミリー内 西院店 Tel. 075-321-5750
- 阪急うめだ本店内 梅田店 Tel. 06-6363-6411
- 生協CO-OP桃山店内 桃山店 Tel. 075-604-5792
- カナート洛北内 洛北店 Tel. 075-707-0805
- 近鉄百貨店 上本町店内 上本町店 Tel. 06-6773-8002
- 生協CO-OPパリアティ店内 西京極店 Tel. 075-323-4560
- イオンモール京都五条店内 五条店 Tel. 075-326-4574
- 近鉄百貨店 草津店内 草津店 Tel. 077-561-3537
- 生協CO-OP祝園駅店内 祝園店 Tel. 0774-98-3453
- TauT 阪急港西口内 uroco Tel. 075-382-5185