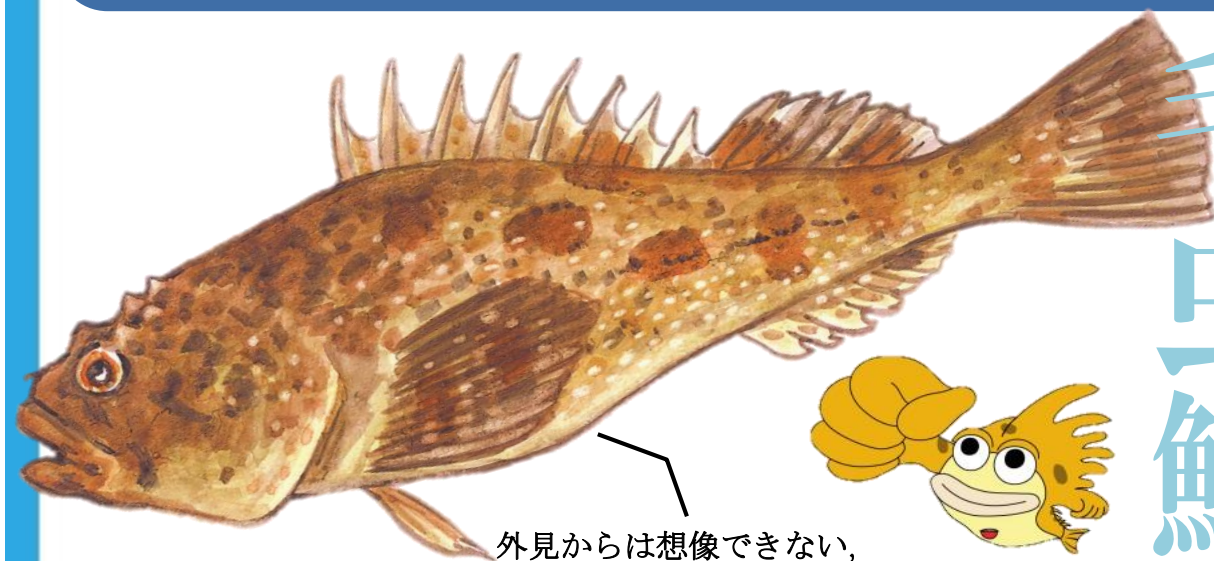


みやぎ 水産の日 **だよ**



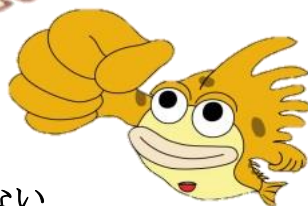
仙台地方振興
事務所管内版

仙台湾・地域のオススメは
ボッケ（ケムシカジカ）だよ！



毛虫けむしかじか
鰈

外見からは想像できない、
淡白でくせがない白身魚



「七ヶ浜町観光キャラクター」
ボッケのポーちゃん

ボッケとは宮城県独特の呼び名で、正式名称はケムシカジカと言
い、全長は40cmにもなります。通常は水深50～200mの
海底に生息しており、冬期には産卵のため浅海に現れます。七ヶ
浜町、亘理町などが有名な産地で、刺網や底曳網で漁獲されます。
個性적인見た目の魚ですが、淡泊で身のしまった白身は鍋の具材
としても人気があります。

毎月第三水曜の週は 水産Weekだよ!



オススメ
簡単レシピ

ボツケ鍋



材料（4人分）

ボツケ	1尾	生しいたけ	4個
大根	2分の1本	豆腐	一丁
ごぼう	1本	長ねぎ	2~3本
人参	1本	昆布だし	4カップ
白菜	2分の1玉	酒・味噌	適量

作り方

- ①ボツケの頭、内臓、肝などを切り離し、身は一口大に切る。
大根、ごぼう、人参、生しいたけなどその他具材も一口大に切る。
(大根は軽く茹でておき、ごぼうは水に浸しておく。)
- ②鍋に昆布の入っただし汁を入れ、煮立ったら昆布を取り出す。
- ③鍋に酒を加えて、切っておいたボツケや野菜、豆腐などを入れる。
- ④具材に火が通ってきたところに、味噌をとかし入れ、最後に長ねぎを入れて出来上がり!



毎月第3水曜日はみやぎ水産の日

みやぎ 水産の日



仙台地方振興
事務所管内版

仙台湾・地域のオススメは
シラスだよ!



「しらす」は主にカタクチイワシの^{しぎよ}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年から本県の南部地区においても操業が開始されています。新たな「北限のしらす」として地域のブランド化を目指し、漁業協同組合や周辺の水産加工業者、飲食店が協力して関連商品の開発・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

「北限のしらす」について



しらすは主にカタクチイワシ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。しらす漁の操業期間は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、しらすを使った加工品が入賞するなど、本県の南部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

しらすの加工品の違い

しらす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/>

