

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仔魚<sup>しぎよ</sup>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/>



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  
**スズキ**だよ！



スズキは、小型のものはセツパと呼ばれるなど幼魚から成魚になるまでに何回か名前を変える出世魚として知られています。釣りのターゲットとしても人気のあるスズキは、宮城県全域で漁獲されます。旬は夏で、淡泊な白身は刺身のほか、ムニエルやフライなど様々な料理で活躍します。今が旬の宮城県産のスズキを是非ご賞味ください。

# 毎月第三水曜の週は 水産Weekだよ!

おすすめ  
調理法

## スズキの“あらい”

新鮮なスズキは、“あらい”という調理を行うことで身が締まり、臭みが緩和されて美味しく食べることができます。

鮮度が良ければ、他の白身魚にも使える調理法なので、是非試してみてください。



### ～「あらい」の方法～

(1) 3枚に下ろした身を薄くそぎ切り(※1)にし、水でよく洗ったあと氷水に浸す。

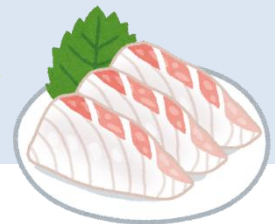
(2) 白身が冷えたら水気をよく切り、ミョウガ等の薬味と一緒に冷えた器に盛って出来上がり!

梅肉醤油(※2)に付けて食べるのがおすすめです。

※1 包丁を寝かせ斜めに入れて、そぐように切る切り方のこと。

※2 (作り方)梅肉を細かくたたき、醤油と酒で伸ばせば完成です。

お好みに砂糖を加えても美味しいです。



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/>

