



社長と谷もんの全国漁港開拓

in

北海道

vol.2

北海道の県庁所在地である札幌は北海道中の魚が集まる場所です。今回、社長と谷もんが訪れたのは、札幌市中央卸売市場。早朝5時から「水産物部」のせりが始まります。ここには、津軽海峡などから大きなマグロがたくさん集まります。北の海で獲れる代表的な水産物「カニ」や「貝類」も種類が豊富です。こんなにたくさん魚を見てきた私達でも、見たことがない魚がたくさん並んでいます。ここに来れば北海道で獲れる魚のほとんどが手にする夢のような市場です！

そして札幌市中央卸売市場は空港から近く、北海道で取引された魚が次の日には下関に届きます。だからこんなに遠く離れていても鮮度が抜群に良い状態で仕入れることができます！そんな札幌から仕入れた八角、アンコウ、ホッケを今月メニューに入れています。ぜひ北海道に行った気分でお楽しみください！

## 札幌特集



ホッケの食べ方は干物だけじゃない！



みなさんは「ホッケ」と聞くと、どんな食べ方を思い浮かべますか？飲食店のメニューでよく見かけるのは「ホッケの干物」ではないでしょうか。ホッケと言えば「干物」というイメージがありますが、その理由は、鮮度落ちが早く北海道などの産地でし刺身として食べることができないからです。

しかし、最近では物流の発達や、船上における魚の神経メ処理が確立されたことで刺身でも食べることも出来るようになってきました。北海道で初めてホッケの刺身を食べた時、美味しさに感動し、この美味しさと感動をぜひ皆様にもお届けしたいと思えました。北海道から下関までわずか1日で届き、その間にホッケの甘みが増して、現地で食べるよりさらに美味しくなっています。



9月18日 敬老の日は魚を贈ろう！

敬老の日は、これまで長年にわたり社会に尽くして来た人に感謝する日です。敬老の日には家族で集まって食事をしたり、感謝の気持ち込めてプレゼントを贈る事が多いのではないのでしょうか？食の欧米化により、「魚離れ」が進んでいます。魚は生活習慣病の予防や脳を活性化させる効果があるとされています。そんな敬老の日に、感謝の気持ちとこれからの長寿を願って「サカナDIY」を贈ってみませんか？

いつもは1セットだけど、  
今月だけ2セットにしたい！  
などもできます☆

アレンジレシピ  
剣先イカのリゾット

★ケンサイイカ（サカナDIY）  
2/3〜1cm角にカット  
残り：斜めに飾り切りして6等分する

★玉ねぎ（1/4個をみじん切り）

★ミニトマト（3個を8/1カット）

★ネギ（適量）

・オリーブオイル（50ml）

・塩（3g） ・バター（10g）

・水（180ml） ・酒（50ml）

・粉チーズ（小さじ1） ・ごはん（200g）

①★の食材をカットする。フライパンにオリーブオイルを入れ、玉ねぎを入れてから中火にかける。

②玉ねぎの香りがしたら小さく刻んだイカを加える。イカが香りだしたら酒と水を加え、1分間強火にかける。

③塩を加え、フライパンを回しながら、全体をなじませる。

④ごはん、ミニトマト、残りのイカを入れて中火にかけ、よく混ぜる。火を止めたら、バターと粉チーズを加えて全体に絡める。

⑤お皿に盛り付け、上からネギを振りかけて完成！