



しずまえ新聞

平成 28 年
2 月号

発行元
静岡市後所
水産漁港課

しずまえ・オクシズの料理集結！



静岡市では、駿河湾沿岸地域の「しずまえ」と、中山間地域の「オクシズ」の地域ブランド化を進めています。2月2日に、飲食店の発案でしずまえとオクシズの産物を使った料理の勉強会が開催され、市議会議員や関係団体など多くの方が試食しました。

昨年6月に開催された「第2回しずまえレシピコンクール」に出場した料理や、しずまえのアジを使った料理、オクシズの肉厚な椎茸や、シカやイノシシなど、珍しい素材を使った料理が出品されました。今後もしずまえとオクシズの産物を使って新しい料理を作ったり、多くの人に食べてもらう機会を増やしていきたい、しずまえとオクシズをPRしていく予定です。

上手においしく！ しらすのかき揚げ



■材料

- 釜揚げしらすのり(四角いもの)
- 天ぷらの衣液

■作り方

- ①釜揚げしらすを天ぷらの衣液と混ぜる
- ②のりに①を塗るようにのせる
- ③約180度の油で揚げる
※あんまりひっくり返さない方がふっくら揚がるよ！

☆油は熱いから、作るときは大人と一緒にやろう！



おいしく健康！

桜えび！



しずまえの代表「桜えび」ですが、おいしただけでなく栄養も豊富！疲れにくくしてくれるアスタキサンチンや骨を強くするカルシウム、ぐっすり眠れる効果のあるグリシンなどがたくさん含まれています。殻ごと食べられるので、殻に含まれている栄養も摂ることがができます。

しずまえに近いからこそ食べることが出来る桜えびで、健康で元気に過ごしましょう！

しずまえ鮮魚

ことわざクイズ

しずまえ鮮魚が使われていることわざがたくさんあるよ。何の魚かわかるかな？

① () を読む
意味 数をしまかして数えること

② () で () を釣る
意味 手元の小さいもので大きいものを得ること

③ 猫に ()
意味 まったく手が出ない様子



教えて！「漁期」ってなあに??

しずまえで盛んなしらす漁や桜えび漁などは、漁ができる期間が定められていて、これを「漁期」といいます。これは魚の獲りすぎを防いで資源を保護することを目的とし、静岡県が決めていきます。しらす漁は三月下旬～翌年一月上旬、桜えび漁は三月下旬～六月上旬と、十月下旬～十二月下旬が漁期です。逆に、漁を禁止している期間を「禁漁期間」といいます。

魚のさばき方～いわしの手開き編～

