

魚が食べた〜くなる情報満載!

からと新聞

KARATO NEWSPAPER

春号

発行/唐戸市場研究部会
■お問い合わせ/唐戸市場業者連合協同組合
TEL083-231-0001 FAX083-231-0053
下関市唐戸町5-50 ■受付時間/5:00~13:00



旬のおさかな タイ

海からの ありがたい鯛の おくりもの

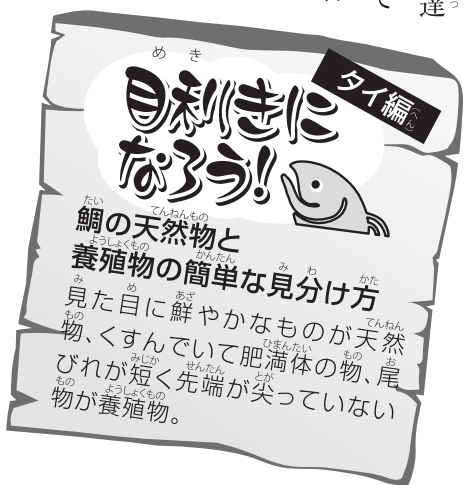
白身魚の王様と言われる鯛、皆さんの住んでいる山口県は天然物に恵まれており、全国でも愛媛県、長崎県、福岡県に次いで4番目の漁獲量を誇ります。中でも下関は良い漁場に囲まれていて、ここ唐戸市場には響灘、玄界灘から良質の鯛がやってきます。

市場やスーパーなど、全国的にほとんどの売り場で見られる鯛は8割方が養殖物になります。価格も安く、量も安定しているので人気なのですが、天然物の鯛は味も良く、下関を代表する魚の一つです。是非知っておいていただきたいと思えます。

桜鯛という言葉を知っていますか?

桜が咲く3月〜4月頃、鯛たちは海の深いところから沿岸に近づいて産卵の準備を始めます。この時期の鯛は体の色もいつそう美しくなり、脂がのつともおいしい物になります。こうした鯛を桜鯛と呼ぶのです。

鯛は肉食性で目や鼻が発達しており、頑丈なあごと歯で海老や貝など栄養のある物を食べているので、身は淡泊な中に風味や甘みを持っています。また癖もないので、シンプルなお刺身でもアレンジのさく洋食でも重宝されます。



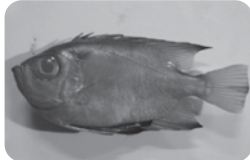
情報提供 シーフードマイスター

その人気のせいもあって、タイ科ではないのに「タイ」を名乗る魚たちがいます。なんと150種を超えるほど…。そういった鯛は「アヤカリタイ」と呼ばれています。

本場のタイ科に属するのは13種で、マダイ、チダイ、ヘダイ、キダイ、キチヌ、クロダイの6種類が主なものです。キダイ(レンコダイ)やクロダイはマダイに比べかなり安く、サイズも手頃なものがあるので、この時期おすすめします!

唐戸市場には、先に言ったアヤカリタイを含めて色々なタイが並んでいますので姿と名前を覚えてみるのも楽しいですよ!

唐戸市場で揚がる「アヤカリタイ」



チカメキントキダイ



イトヨリダイ

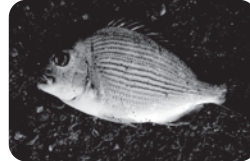
タイ科の代表鯛(6種類)



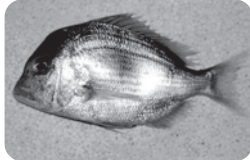
マダイ



チダイ



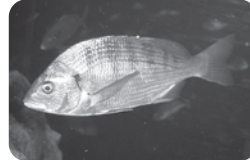
ヘダイ



キダイ(レンコダイ)



キチヌ(キビレダイ)



クロダイ



響灘

山口県

玄界灘

福岡県

★旬のおススメ! お魚ランキング♪★

- 1位 タイ
- 2位 アジ
- 3位 アサリ
- 4位 コウイカ
- 5位 イサキ
- 6位 ヒラマサ
- 7位 カサゴ
- 8位 カレイ
- 9位 ホタルイカ
- 10位 トビウオ

このランキングは、4月〜5月までの旬魚の中でも唐戸市場で特にオススメしたい順です。ぜひこの季節に食べてみてください。

唐戸市場は「いつでも、だれでも」お買物を楽しんでいただけます。



「辻料理教室、為後先生と」

「魚どころ下関の魅力を伝えられるよう頑張ります。」

●写真左：仁井田 恭勝(にいだ よしかつ)



「唐戸は下関の台所。お気軽に遊びに来てね!」

●写真左：仁井田 由美(にいだ ゆみ)

シーフードマイスター

唐戸市場 食育

食べ物の大切さ、食文化の継承、食を通して、自然への感謝を子供たちに伝えたい。

おすすめ旬料理!

ご希望の方は、お気軽にお問い合わせください。

●問い合わせ先、唐戸市場業者連合協同組合
☎083-231-0001まで

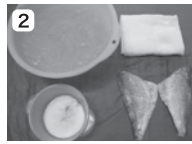


鯛の霜降りの刺身

◆レシピ提供：仁井田 恭勝(にいだ よしかつ)



1 目安としては1.5kg前後の物が良いでしょう。欲を言えば雌で鮮度が良い魚であれば色も皮目もキレイな仕上がりになります。



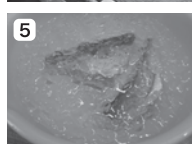
2 【準備する物】
氷水・鯛(三枚におろしたの)・タオル・塩(1尾に対して大さじ6)



3 鯛の皮目に大さじ3杯分の塩を円を描くようにすり込む。この作業により皮がきれいに立ち上がるようになり、刺身に塩味が加わり鯛の甘みを引き立たせます。半身も同様に。



4 まな板をななめにし、尾側を高い方に向けてタオルをかぶせ、熱湯をかけます。



5 全体にお湯をかけた後すぐに氷水へ。ここで塩を洗い落としてあら熱をとります。



6 水気をふき、お刺身にします。

旬の鯛は皮までうまい!!

鯛の酒蒸し

◆レシピ提供：仁井田 由美(にいだ ゆみ)

■用意する物(2人分)
皮付き鯛…2切れ(計300グラム)
酒…大さじ1と2分の1
出し昆布…6cm角
ねぎ(青い部分)…10cm×2 塩…適量



皿の上にダン昆布を置き、その上に鯛を置いて酒、塩を振りかけ、ねぎを載せて、蒸気の上がった蒸し器で15分蒸す。「シンプルで簡単!鯛そのものの味が楽しめます」
「ポン酢しょうゆやゆず胡椒などお好みで合わせるとまた違った楽しみ方が出来ます。」

あさりの茶碗蒸し

◆レシピ提供：柳川 聖(やなかわ せい)

■用意する物(4人分)
殻付きあさり…200g
卵…2個 三つ葉…2本
水…350cc 牛乳…150cc
調味料(塩大さじ1、しょうゆ少々、酒大さじ1)、水溶き片栗粉…少々



①砂抜きしたあさりをよく洗い、水350ccと火にかけ、あさりの口が開くまで火を通し、灰汁をとる。②あさりを取り出し、殻から外す。③①の出汁300ccに調味料を加え、冷ます。④③から50cc程度、別にしておく。⑤ボールに卵をほぐし、牛乳と③を加え、一度こす。⑥器の七分目まで⑤を入れ、蒸し器で10分程度中火で蒸す。⑦④を火にかけ、水溶き片栗粉でとろみづけ②のあさり戻す。⑧⑥に⑦をかけ出来上がり!!

皮がキレイに仕上がると快感です!

完成例

初心者向け魚のおろし方教室「包丁の持ち方から三枚おろしまで」

●日時…5/25(水)10:00~13:00 ●場所…唐戸市場2階 魚食普及センター ●参加費…1,000円 ●定員…30名(抽選)
●申し込み期限…5/16必着 ●申し込み方法…往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入

(あて先) 〒750-0005 下関市唐戸町5-50 唐戸市場業者連合 お魚教室係 TEL231-0001 (持参)エプロン・三角巾・手拭タオル・食器拭き ※調理し試食します(その時期の魚を使用します) 駐車場の割引券有り

海響館クイズ



これはタイの胸で、付近の骨ですが、一般的には何と呼びますか?

Q1

Q2

Q3

Q4

Q5

Q6

Q7

Q8

Q9

Q10

Q11

Q12

Q13

Q14

Q15

Q16



2011 唐戸まつり 春

移設10周年記念イベント

海賊おく鍋武蔵 vs 山賊しん鍋小次郎
限定(各)300食
100円 11:00 開始

チョットわけあり激安直販
9:30~ 売切れ御免!!
わくx2! ビンコ
特 ふく刺し
2等(2本)、3等(3本)
4等(4本)、5等(10本)
12:00~ ビンコ券(100円)販売! ※先着200名
14:00~ ビンコ開始!

4/2 (土) ステージイベント
①平家太鼓 9:00開始(オープニング) ②「Dr.MujiC」10:00
③ストリートダンス ☆アズ☆ (11:10:30~(2)13:30~
④チャリティーオークション
⑤バイオリンスト 吉田志音 12:30~
100円屋台市
《新メニュー》ホタテ焼き・海鮮焼おにぎり
☆復活☆ 明太マヨ巻寿司【限定200本】・大えび串・サザエのつぼ焼
生ビール・P・ビール・キッズゲームコーナー
B/Dグルメ(But i/Delicious)
イカ焼きそば(300円)
カモンワークステージ
ジャグリングパフォーマンス「リンゴ☆スター」
☆唐戸市場(セリ場)10:00~ ☆ワークステージ11:00~
カモンワーク会場
唐戸まつりてしか...? ☆13:30~15:00 ※雨天中止 D-1グランプリ(台車レース)