

さかなりょうり ちょうせん 魚料理に挑戦

さんせい さばの三枚おろし ◀ てひら いわしの手開き



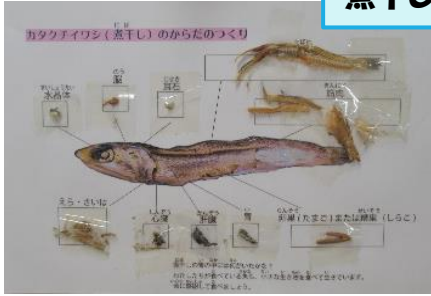
横浜中央卸売市場本場
市場センタービル調理室



食育の話

横浜丸魚株式会社 お魚マイスター 齋藤融氏より煮干しについて
お話を伺いました。

煮干しを解剖しました



産地よっての味の違いが
わかるかな？



産地別煮干しとこんぶの混合だしを試飲しました

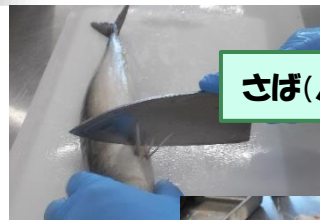
- ① 広島県産の煮干し・こんぶ
- ② 香川県産の煮干し・こんぶ



さかなのおろし方 実演

魚のおろし方は、株式会社 八丁幸 八木誠治氏より教えていただきました。
さばは「みそ煮」に、いわしは「つみれ汁」にします。

真剣な眼差しです



さば(ルウエー産)



いわし(千葉県産)



さばは三枚におろします
いわしは手開きして、皮をはがします



魚料理に挑戦



さばのみそ煮とつみれ汁を作りました



いわしのつみれ汁の具には、横浜でとれた
だいこん・にんじん・ねぎを使いました。



さばは脂がのっていて、照りがある
みそ煮に、いわしは旨味がつまった
つみれ汁に仕上がりました。

いただきます！





ごちそうさまでした!



参加者さまからのご感想 (原文のまま)

- ・とても楽しかったです。自分で作った魚はとてもおいしかったです。また、やりたいです。
- ・大人でも、中々魚をさばくことがないので、とても良い体験をさせていただきました!
- ・楽しく参加させていただきました! また参加したいです!
- ・魚のさばく工程が覚えきれなかったので、スライドしたものをテーブルにおいていただくか、プリントして配布していただけたらよかった。
- ・さかなをおろす体験が良かったです。皆さん やさしくてありがたかったです。たのしかったです。
- ・魚のさばき方を習う機会は貴重なので、とてもためになりました。
- ・魚のさばき方を近くで見ることができてとても勉強になりました。とてもおいしく量も多く大満足です。
- ・魚をさばくのは初めてなので緊張しました。家でもチャレンジしたいと思います。
- ・魚をはじめてさばくことできて楽しかったです。にほしのことがおもしろかったです。
- ・とても楽しかったです。ありがとうございました。イワシのからだのつくりもたいへん勉強になりました。