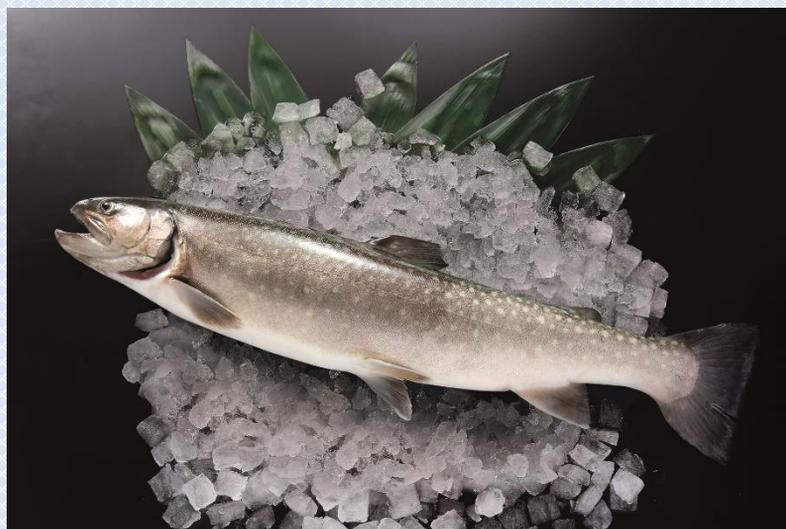


第40回 **全国豊かな海づくり大会**
よみがえる 豊かな海を 輝く未来へ ~食材王国みやぎ大会~
令和3年10月2日(土)・3日(日)



今月のオススメ食材は「イワナ」です！

イワナは釣りの対象として人気の渓流魚で、気仙沼市の大川や津谷川等で漁業協同組合による稚魚放流などの増殖事業が行われています。また、イワナは養殖も行われており、日本で初めて成功したのが宮城県です。



イワナはサケ科イワナ属に属し、茶色み掛かった体色に、無数の白い斑点があります。山間部の溪流で見られ、県内のほぼ全ての河川上流部で生息が確認されています。川に落下した陸生昆虫や、水生昆虫を餌としています。

イワナは4つの亜種に分かれており、県内ではそのうちエゾイワナとニッコウイワナの2亜種の生息が確認されています。このうちエゾイワナは、サケのように海に降り、大きくなってまた川に遡上し、アメマスと呼ばれます。



県の内水面水産試験場が開発した「伊達いわな」は、染色体数が1.5倍で、通常のイワナと比べて大きく成長し、2~3年で体長50cm、体重1kgほどになり、お刺身などで美味しく食べられます。



「みやぎ水産の日」とは

宮城県には、身近においしくて豊富な海の幸があるのを御存知ですか？

県では、もっともっと県民の皆さんに宮城のおいしい水産物を知って、食べてもらおうと毎月第3水曜日を「みやぎ水産の日」と制定しました。水産むすび丸と一緒に、宮城のおいしい水産物をPRしていきます。みんなで食べてけらいん!



イワナのおすすめ料理😊

イワナのアクアパッツァ

【材料】（4人分）

①イワナ	100g×4
②にんにく	2片
③小麦粉	適量
④オリーブオイル	20cc
⑤黒オリーブ	8個
⑥マッシュルーム(1/4カット)	2個
⑦セミドライトマト(1/4カット)	30g
⑧黄ズッキーニ	1/2本
⑨甘南蛮(一口大)	2個
⑩天然水	600cc
⑪ガルム(魚醤)	10cc
⑫イタリアンパセリ(粗みじん)	適量
⑬胡椒	適量
⑭塩	適量



【作り方】

- ①に⑬、⑭で下味をつけ、③をまぶす。
- フライパンに④と叩き潰した②を入れ低温で加熱し、香りを引き出す。
- 香りが出てきたらフライパンに1.も入れて焼く。
- 両面に焼き色がつく頃、⑤⑥⑦⑧⑨も加え軽く炒める。
- ⑩⑪を入れ沸騰したら味見をし、⑬⑭で味を調える。
- 蓋をして弱火で5分程度煮たら、⑫を散らして出来上がり。

【ポイント】

⑥⑦⑧⑨は季節の野菜をお好みでお選びください。
イワナは高火力で短時間に火を通しましょう。

レシピ提供：気仙沼リアス調理専門学校
<https://www.koyo-rias.jp/>
食材提供：菅原養魚場(大和町)
<https://www.dateiwana.net/>

伊達いわなをご賞味ください

「伊達いわな」は刺身などの生食用として高く評価されているだけでなく、上質な白身で身幅も広いことから、和洋中問わず幅広い料理に使える宮城の新たな特産品として大きく注目されています。ぜひ「伊達いわな」をご賞味ください。



発行：宮城県気仙沼地方振興事務所 水産漁港部
<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/ks-tihouken-sg/>

