

6月  
JUNE

# 今月のお薦め！ 海のパイナップル

(ホヤ)

毎月第3水曜日は  
みやぎ  
水産の日  
宮城の水産物も食べよう！

## モッツアレラとホヤの わさび醤油風味



レシピ提供：森永乳業株式会社

味わい豊かな宮城県産のホヤと  
ミルク感たっぷりのモッツアレラチーズは相性抜群！  
わさび醤油と大葉の風味が  
両者のうま味をさらに引き立てます。

材 料  
(2人分)

クラフトフレッシュモッツアレラ.....1袋  
ホヤむき身(生食用)..... 50g  
大葉.....2枚  
★エキストラバージンオリーブオイル..... 大さじ1  
★醤油..... 小さじ1  
★練りわさび..... 小さじ1

作り方

- モッツアレラは水気をふき取ってから厚さ8mm程のいちょう切りにし、ホヤは食べやすい大きさに切る。
- ★の材料を混ぜ合わせる。
- 皿にモッツアレラとホヤを盛り付けて、千切りにした大葉を乗せ、②をかける。

その姿かたちから「海のパイナップル」と称されるホヤ。宮城県では、気仙沼から石巻の沿岸部に盛んに養殖され、生産量は全国一位を誇ります。酸味・苦味・甘味・塩味・うま味の五味すべてを持つ食材で、その味わいにハマる方も多く、みやぎの初夏の味覚の代表格。栄養たっぷり、三陸の海の恵みをご堪能ください。



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2年 9月26日(土)・27日(日)

もずび丸

