

# サカナDIY通信

## 読売新聞でサカナDIYが紹介されました！

先日7月18日に、読売新聞のくらし面「魚、食べてますか」の特集でサカナDIYを取材していただきました。みなさんもご友人に最近いつ魚を食べたか聞いてみて下さい。そう言えば最近魚を食べていないという方も多いのでは…。

日本の食文化は魚中心でしたが、食の欧米化とともに肉類の消費量が増え、20年間で魚の消費量は43%も減っています。一般社団法人「大日本水産会」が23年、中学生以下の子を持つ母親を対象に実施した調査では、魚を調理する事が嫌いな理由として「骨を取るのが面倒」「ごみ処理が面倒」などがあげられました。家事などが忙しい子育て世帯では手間がかかる魚料理は敬遠されがちなのです。

スーパーに足を運び、魚を自分で選び、その日のうちに魚を捌かなければ…魚を食べるには自分の手と足で複数のアクションを起こす必要があって誰だつて大変。ですが、海洋資源に恵まれた日本だからこそ本当に美味しいお魚料理食べて欲しい！だから鮮度にこだわり、加工方法にこだわり、調味にこだわってサカナDIYをお届けしています。「魚料理は高くて、手間がかかるから食べない」というイメージを払拭できるように今日も簡単便利で美味しいお魚料理の開発に励んでいます♪

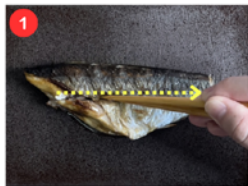


## 教えて！さかな屋さん！

### 〜焼き魚の綺麗な食べ方〜

「魚は食べたいけど、骨が気になる…」そんな悩みを感じたことはありませんか？きつとみなさん一度や二度、魚の骨を煩わしいと感じたことがあると思います。魚は、骨の周りや皮と身の間などに旨みが詰まっています。だから、骨に身を残して捨ててしまうのはもったいない…。

今月のメニューに「ニシンの塩焼き」が入っていますが、ニシンは脂が乗って美味しいのに、骨が気になるという理由で嫌われがち。今回はそんな皆様に魚の骨がスツツと抜けて食べやすくなる方法をお伝えします！ぜひご自宅で試してみてください♪



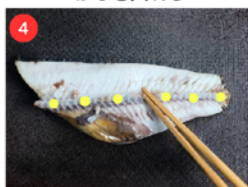
1 中骨に沿って右から左にはしを入れる



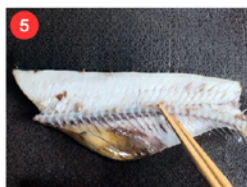
2 背側の身を開いて食べる



3 腹側の身を開いて食べる



4 ●の間隔を目安に骨を軽く上からおさえる



5 身と骨の間にはしを入れる



6 左手で骨を持ち左斜め上方向に優しく抜く



★動画はこちらから★

骨がすーっと抜けて超気持ちいい！動画もチェックしてね◎



## メヌケはどうして目が飛び出てるの!?

メヌケは水深1000m〜10000mの深海に生息している深海魚。水揚げされた際に水圧の変化に耐えられず目が飛び出してしまふことから「メヌケ」と呼ばれます。メヌケにも様々な種類が存在し、今回サカナDIYでお届けするのは、「バラメヌケ」という魚種。その名の通り、バラのような色合いをしていることからそう呼ばれます。

市場への入荷量は少なく、高級魚として扱われており、味は淡泊でありながら、とても上品で食べやすい魚です。9月はメヌケを煮付けでお楽しみ下さい♪



## 9月はラツキー5品の月！

鳥賊のピリ辛キムチ炒め



お好きなキムチで辛さ選べる

9月メニュー

いかメニューの月は、プラス1品ゲソをサーピスでお届け◎