

サカナDIY通信

🐟 お父さん、いつもありがとう 🐟

🐟 父の日限定ふぐ入り「サカナDON」

今年の父の日は6月15日(日)です。父の日の生みの親はアメリカに住むお父さん想いの娘でした。アメリカで父の日のシンボルは「バラの花」ですが、日本では「父の日」ネクタイのイメージが定着していますね。これは日本発の文化だそうです。贈る側ももらう側もちょっと照れくさい父の日ですが、実は「高価なモノ」より一緒に過ごす時間が嬉しいんだとか。

いつも家族のために頑張ってくれるお父さんへ、今年の父の日は、ありがとうの気持ちを込めたサカナDONを贈りませんか？魚が好き、刺身が好き、ご飯が好きなお父さんはきつと喜んでくれるはず！流水解凍で約5分、あとはホクホクのご飯にかけただけで超簡単な贅沢サカナDONが完成です。休日のお昼ご飯や、夜ごはんを簡単に済ませたい時にぴったりです。父の日だけの特別なふぐ入りサカナDONギフトセット、ご注文は100セット限定につき、お早めに！

「ありがとう」が伝わる、そんな一杯をお届けします。

父の日限定

下関の“ふぐ屋”だからできる一杯

限定
100
セット贅沢ふぐ入り
サカナDONセット

6.16



セット内容 サカナDON 4パック
冷凍商品 3,240円(税込)
送料別

受付期間:5/1(木)~6/2(月)まで

大葉や卵をトッピングして/
★贅沢丼に★



↑ご注文はこちらから↑

🐟 甘鯛のうろこパリパリ徹底解説!

「甘鯛のうろこ、取り忘れてない？」なんて疑問を抱いたことはありませんか？甘鯛のうろこは薄くて柔らかいため、一緒に焼くことで花が咲いたように立ち上がり、サクサク食感に変わります。これは「食感」や「見た目」に重きを置く日本独自の文化で、1990年代以降に流行し始めました。

うろこをパリパリに揚げる成功の鍵は、「温度」です。フライパンにオリーブオイルを入れたら、温度を180度まで熱めます。180度になったら皮目から焼きますが、この時の温度が低いとうろこが立ち上がりず、ベちゃつとした仕上がりになってしまいます。フライパンがしっかりと180度になったかどうかは、クッキング温度計で目視するのがオススメですが、もしご自宅で温度計がない場合は、パン粉を使用したり、うつすら白い煙(軽くもやっとした感じ)が立ち始めたら180度のサインです。甘鯛を入れた時のジュワツという音、そして噛んだ時のパリパリ感をぜひご自宅でお楽しみ下さい！

うろこパリパリ180°Cチェック方法!

✓ 温度計でチェック

道具が必要だけど確実/
温度計の先端をを軽く底につけて
数秒待ち、180°Cと表示されればOK!

難易度☆☆☆



✓ パン粉でチェック

見た目ですぐに判断しやすい/
パン粉をひとつまみ落とし、すぐに
シュワツと浮いて、細かい泡を出しながら揚がったらOK!

難易度☆☆☆



うろこがはがれやすいので、

焼く始めは触らずそっと見守りましょう!

祝

「魚を食べてほしい!」

その熱意で表彰されました!

先日行われたグループ会社の事業計画発表会において、私内田が「課題解決努力賞」として表彰されました。私は皆様に「魚は食べたいけど骨が嫌!」「海外の魚って!」「みたいなもやもやする気持ちを解消して、楽しく魚を食べてもらいたい」という一心でこの1年間情報発信をして来ました。

骨の取り方特集をすれば食べてもらえるかな?なぜその地域や国から魚を選んで買付けしたのかを伝えたら安心して食べてもらえるかな?いつも全力リサーチです!

サカナDIYなら自信もって調理できる!とワクワクしながら魚を調理できる情報をこれからもたくさん発信して行きます!



🐟 アレンジレシピ

甲いかとアスパラのペペロンチーノ(2人分)



- ・ コウイカ(サカナDIY)
- ・ アスパラガス 2本
- ・ パスタ 200g
- ・ 唐辛子 適量
- ・ にんにく 1片
- ・ オリーブオイル 大さじ4
- ・ 塩 適量
- ・ ブラックペッパー 適量

- ① コウイカは格子状の切れ目を入れて一口大に切り、塩をひとつまみまぶしておく。アスパラガスは根元5cmの皮をピーラーでむいて4cmの斜め切り、にんにくはみじん切り、唐辛子は輪切りにする
- ② 鍋に2ℓの湯を沸かし、塩小さじ2を加えてパスタを茹で、茹で上がる1分前にアスパラも加える
- ③ フライパンにオリーブオイル、にんにく、唐がらしを加えて弱火にかけ、にんにくの香りが出たらイカも加えて炒める
- ④ パスタが茹で上がったなら、ゆで汁大さじ5を残して湯切りをし、アスパラガスと合わせておいたゆで汁を③に加えて炒める
- ⑤ 塩とブラックペッパーで味を整えて完成!