

食のスペシャリスト

フードコーディネーター3級取得!

サカナDIYは、毎月旬の魚を使ったレシピをご提案し、食卓に魚のある毎日をお届けしてきました。お客様にもっとワクワクしながら魚を楽しんでいただくために、まだまだできることがあるはず——そんな思いから、今回私(内田)と、なんと会社のトップでありチームのリーダーでもある社長と一緒に「フードコーディネーター3級資格」の取得に挑戦しました!

フードコーディネーター3級では、世界の食文化、魚・肉・野菜など食材の特徴や鮮度の見分け方など幅広く学びます。様々な調理方法や食品業界の市場について学ぶことで、今お客様からどのような商品が求められているのかということや、お客様目線での商品開発の大切さを改めて実感することができました。

申し込みから試験まで怒涛の1ヶ月。魚分野が出てくるとラッキー!なんて思いつつ、テキストに向き合い、学生ぶりにノートと赤シートを使った本気の勉強に励みました。そして無事に2人とも合格!

これからの学びを活かし、サカナDIYのメニュー開発からお客様へお届けするまでの一連の流れを、よりプロフェッショナルな視点でサービスに磨きをかけていきます。魚の魅力をもっと身近に感じていただけるよう、サカナDIYはこれからも挑戦を続けてまいります。



社長

調理方法やレシピの提案に活かします!

学生ぶりに夜な夜な勉強・・・

新「フードコーディネーター」教本

写真撮影や盛り付けで「美味しく!」と思える魅せ方を!

内田

旬を味わう! アジの魅力!

「味のよい魚」と名付けられたアジ。春はさっぱり、夏から秋は脂がのって濃厚な味わいに。季節や大きさによって表情を変え、刺身から唐揚げまで幅広く楽しむことができます。

以前サカナDIYに登場した「瀬付きアジ」は大ぶり、脂のりの良さが魅力ですが、今回はあえて体長10cm前後の小ぶりのアジを選んで買付けました。小アジは身がやわらかく脂もほどよく、蒲焼ダレが全体に染み込みやすいのが特長。井で豪快に食べても骨が気にならず、タレとの一体感が抜群です。

また、特製の蒲焼ダレは、甘み・醤油のキレ・香ばしさのバランスを求めて何度も試作。砂糖やみりん、醤油など調味料の配合を試行錯誤し、焼き目の香ばしさとアジの旨みを引き立てる味にたどり着きました。

アジの蒲焼き井は、お好みでご飯の上に玉ねぎスライスやキャベツの千切りを添えてからアジを盛り付けると、野菜も一緒に楽しめて栄養価も満足度もぐっと高まります。ぜひ、お好みのトッピングで自由にお楽しみ下さい!

さかな屋が作った

鰯の蒲焼き井



野菜を自由にトッピング!!



第2回サカナDIYロコミ大賞!

魚料理を勉強したいと料理初心者夫婦2人で申し込みました。にしんを煮付けで食べたのは始めてでしたが、こんなにも脂がのって美味しいのだと驚きました! スーパーではなかなか見つけられない魚ですが、今度2人で魚専門店に探しに行くことになりました。いい出会いと発見を頂けて感謝です。

骨が多いことで、どうしても懸念されがちなニシン... その美味しさに気づいていただきとても嬉しいです! 何よりニシンの魅力は程よい脂の乗りと、柔らかな身です。煮付けももちろん美味しですが、今月のニシンの塩焼きも脂のり抜群で絶品です。ニシンを綺麗に食べる方法もYouTubeにアップしていますのでぜひ参考にして下さい!

ニシンは目が丸くて澄んでいるものは鮮度が高い証拠。そして、体は銀色が鮮やかで光沢があるものは脂がのっています! ぜひご夫婦でニシン探しの旅に出かける際に参考にしてみてください!



アレンジレシピ

アジの蒲焼きドッグ



- ・アジ (サカナDIY)
- ・パン
- ・レタス 適量
- ・千切りキャベツ 適量
- ・ミニトマト 適量
- ・刻みのり 適量

①「アジの蒲焼き井」と同じレシピで蒲焼きを作る

②キャベツは千切りにし、レタスとミニトマトはひと口サイズにカットする

③お好みのパンに好きな具材を挟んで完成!

★洋風にオススメの具材: レタス、キャベツ、トマトなど
★和風にオススメの具材: キャベツ、刻みのり、白ごまなど