

サカナDIY通信

毎日の台所時間をちよつと特別に

包丁を研いで、魚をもつと美味しく！

新カートへの移行手続きにご協力いただき、ありがとうございました！
ご自身で手続きいただいた皆さまへは感謝として、包丁研ぎ器をお届けしています。毎日の料理で使う包丁、切れ味が落ちると野菜やお肉を切るのも、お刺身を引くのも大変に感じますよね。切れない包丁で無理に切ると、身が潰れて見た目も味も落ちてしまいます。包丁を研ぐことで、見た目・味・作業効率すべてがアップします。

今回お届けした包丁研ぎ器は、ご家庭で簡単に使える3段階式。荒目で刃こぼれを整え、中目で形を整え、細目でなめらかに仕上がります。使い方は軽く5〜10回ほど手前に引くだけで、力を入れすぎずまっすぐ研ぐのがポイント。ハサミ用も3〜5回同じように通せば、キッチンのはサミもピカピカになります。研いだ後は水で軽く洗い、水気をしっかりと拭いてください。

切れ味の良い包丁なら、サカナDIYのお魚もスツと引けて、お刺身が美しく仕上がります。身の繊維を潰さず脂や旨みを逃さず切れるので、味も見た目もアップ。切るときは力も少なく済むので、安全に調理できます。定期的に研ぐことで刃も長持ちし、毎日の料理をストレスなく楽しめます。美味しさも見た目も楽しみながら、毎日のサカナDIYをもっと楽しんで下さい！



Before ベチャっとした印象に…



After スツと切れて旨味も逃げない！



知ればもつと旨い！

ブリとカンパチの違い

スーパーやお寿司屋さんでよく見かける、そっくりな2匹「ブリ」と「カンパチ」。どちらも青魚の高級魚で、見た目も似ていますが、今回はそんな2匹の違いをご紹介します！

まずは見た目の違い。ブリは丸みのある体で、背中が青くお腹は銀色。成長とともに名前が変わる「出世魚」としても知られ、縁起の良い魚です。一方カンパチは、目の上からエラにかけて「八の字」の帯が入っているのが特徴。その模様が冠（かん）のように見えることから、この名がつきました。体はやや黄色みがあり、ブリよりスマートな印象です。

次に味の違い。ブリは冬が旬で、脂がのった濃厚な味わい。「ブリ大根」や「照り焼き」など、甘辛い味付けと相性抜群です。一方カンパチは脂が控えめで歯ごたえがあり、爽やかな旨みが魅力。夏から秋にかけてが旬で、お刺身やカルパッチョなどにぴったりです。

今回はそんな2匹を「ブリ大根」と「カンパチのお刺身」でお届け！「今日はどっちにしようかな？」と迷う時間も魚好きの楽しみのひとつ。ぜひ食べ比べて、それぞれの美味しさを味わってみてください。

◆見た目もっく！食べて納得！◆
ブリとカンパチの違い

鰯大根
ブリの脂と大根の甘みがじんわり染みた、冬のほっこり一品！

かんぱちの刺身
ブリッと弾ける食感と上品な甘み、カンパチならではの旨味！

アレンジレシピ

銀だらときのこの炊き込みごはん(4〜5杯分)



・ギンダラ(サカナDIY) ・刻みねぎ
・米 2合
・にんじん 1/4本
・しめじ 1/2パック
・酒 大さじ1
・みりん 大さじ1
・醤油 大さじ1
・白だし 50ml
・水 適量

- ① にんじんは細切り、しめじは石突きを落としてほくしておく
 - ② 米を洗い、白だしを50ml入れたら、酒、醤油、みりんを加え、2合の目盛りまで水を入れて全体をよく混ぜる
 - ③ にんじんとしめじを加え、その上に味噌粕がついたままのギンダラを乗せる
 - ④ 味噌粕は拭き取らず、そのまま炊き込むことでコクと風味がごはんにしみ込みます
 - ⑤ 炊飯器にセットしたら通常炊飯し、炊きあがったら全体をよく混ぜる
- ★味噌粕は拭き取らず、そのまま炊き込むことでコクと風味がごはんにしみ込みます
- ④ 炊飯器にセットしたら通常炊飯し、炊きあがったら全体をよく混ぜる
- ⑤ ごはんを器に盛り、お好みで刻みねぎを散らして完成！

第4回口コミ大賞



いさきの漬け丼は何しろつけ汁の味が抜群でした。いさきもしつとりとして、年甲斐もなく、一気喰いしてしまいました。

嬉しいコメントをありがとうございます！
「年甲斐もなく一気喰い」との感想に、思わず笑顔になりました！イサキのしつとりとした旨味を、漬けダレがしっかりと引き立ててくれますよね。これからの季節は、温かいごはんに漬けた魚をのせ、黄身や葉味を添えるのもおすすめです◎すだちや大葉を加えると、さっぱりとした香りが広がり、また違った味わいに。おうちで手軽に贅沢気分を楽しめる漬け丼、ぜひいろんなお魚でも試してみてくださいね！

