

魚の"旨い"を楽しむ料理キッ

### 毎 B 0) 台所時間をちょっと特別に 包丁を研いで、 魚をもつと美味

しく!

0

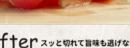
切るのも、 けしています。毎日の料理で使う包丁、切れ味が落ちると野菜やお肉を ご自身でお手続きいただいた皆さまへは感謝として、包丁研ぎ器をお届 見た目・味・作業効率すべてがアップします に切ると、身が潰れて見た目も味も落ちてしまいます。包丁を研ぐことで、 新カートへの移行手続きにご協力いただき、ありがとうございました! お刺身を引くのも大変に感じますよね。切れない包丁で無理

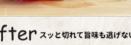
り拭いてください。 使い方は軽く5~10回ほど手前に引くだけで、 研ぐのがポイント。 ハサミもピカピカになります。 で刃こぼれを整え、中目で形を整え、 今回お届けした包丁研ぎ器は、ご家庭で簡単に使える3段階式。荒目 ハサミ用も3~5回同じように通せば、 研いだ後は水で軽く洗い、水気をしっか 細目でなめらかに仕上がります。 力を入れすぎずまっすぐ キッチンの

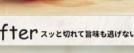
楽しめます。美味しさも見た目も楽しみながら、 きます。定期的に研ぐことで刃も長持ちし、 もっと楽しんで下さい 味も見た目もアップ。切るときの力も少なくて済むので、安全に調理で が美しく仕上がります。身の繊維を潰さず脂や旨みを逃さず切れるので、 切れ味の良い包丁なら、 サカナDIYのお魚もスッと引けて、 毎日の料理をストレスなく 毎日のサカナDIYを お刺身

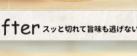














## 0 知ればもつと旨い ブリとカンパチの違い

匹 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 スーパーやお寿司屋さんでよく見かける、そっくりなっ 「ブリ」と「カンパチ」。どちらも青魚の高級魚で、 見

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

カルパッチョなどにぴったりです。 爽やかな旨みが魅力。夏から秋にかけてが旬で、 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、 61 次に味の違い。 「ブリ大根」や「照り焼き」など、甘辛い味付けと相 ブリは冬が旬で、脂がのった濃厚な味わ お刺身や

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





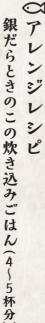
# 群でした。いさきもしっとりとして、年いさきの漬け丼は何しろつけ汁の味が抜 甲斐もなく、一気喰いしてまいました。

ず笑顔になりました♪ イサキのしっとりと 気分を楽しめる漬け丼、 また違った味わいに。 添えるのもおすすめです◎すだちや大葉を てくれますよね。これからの季節は、 した旨味を、漬けダレがしっかり引き立て 嬉しいコメントをありがとうございます! 加えると、さっぱりとした香りが広がり、 いごはんに漬けた魚をのせ、 年甲斐もなく一気喰い」との感想に、 おうちで手軽に贅沢 黄身や薬味を 温か

第4回口コミ大賞

いろんなお魚でも試してみて

くださいねー



米 2合

ギンダラ (サカナDIY)

・刻みねぎ

- ・にんじん 1/4本
- ・しめじ 1/2パック
- ・みりん 大さじ1 酒 大さじ1
- 醤油 · 白だし 50 ml 大さじ1
- 水 適量
- ②米を洗い、白だしを50配入れたら、 ①にんじんは細切り、 2合の目盛りまで水を入れて全体をよく混ぜる しめじは石突きを落としてほぐしておく 酒、 醤油、 みりんを加え、
- ③にんじんとしめじを加え、 ダラを乗せる ★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 その上に味噌粕がついたままのギン
- ④炊飯器にセットしたら通常炊飯し、 ごはんにしみ込みます 炊きあがったら全体をよく
- ⑤ごはんを器に盛り、お好みで刻みねぎを散らして完成ー