

● 今週のカレンダー

※気象データは2016年分

今年の夏至は、6月21日。梅雨のシーズンでもあり、湿気と気温が上がり始める事から、昔から夏至をきっかけに食べ物が傷みやすい季節だという事を知らせる役目もあったようです。

その夏至と同じ日に制定されているのが「冷蔵庫の日」。暑い夏がくる前に、冷蔵庫の点検をしようという日です。食中毒を防ぐポイントは“菌をつけない・増やさない・やっつける”の3つ！そして、菌を増やさないためには、冷蔵庫を上手に使うことが大切です！魚を冷蔵庫に保存する際は、内臓やエラから傷みが進むので、保存前にそれを取り除く下処理をしましょう。チルド室やパシャル室などの温度が低めの場所で保存するのがオススメです。

食品を美味しく食べるには、保存方法も大切！この夏は冷蔵庫の使い方もぜひ心がけてみて下さい。

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(風)
6/19	月	大安	朗読の日 ベースボール記念日	25.0	18.8	☀️
6/20	火	赤口	ペパーミント・デー	20.4	16.7	☁️
6/21	水	先勝	休市 夏至 冷蔵庫の日	20.6	16.9	☁️
6/22	木	友引	ボウリングの日	20.0	16.8	☁️
6/23	金	先負	オリンピックデー	21.1	16.6	☁️
6/24	土	大安	ドレミの日 UFOの日	24.7	18.2	☀️
6/25	日	赤口	天覧試合の日	30.1	17.5	☀️



仙都魚類は、「食材王国みやぎ」を応援しています。

● 今週のおすすめ情報

初夏の美味しい魚介類が入荷中…！！

6月も中旬を過ぎ、全体的に順調な入荷が続いています。魚は旬の時期に食べるのが一番美味しい！かつお・真あじ・いわしなどは、ぜひ刺身やたたきでお召し上がり下さい。ほたてやうには、寿司ダネにもオススメです！

少しずつ気温や湿度も上がってくる頃になりました。刺身などの冷たいメニューの他、酢を使ったメニューやピリ辛メニューの人気が出てくる頃にもなります。唐辛子・わさび・和辛子を使ったレシピも紹介していきます。明太子などの塩干加工品も上手に活用して下さい。

初夏の美味しさを楽しみましょう！



オススメ! 薬味もたっぷり!
真あじのたたき!

そろそろ梅雨入り?

6月下旬の食卓にはコレッ!

- 新物 紅子 <アメリカ産 1等>…k4,500円～
- 明太子パック香味の蔵 <ロシア・アメリカ産>…(190g)p450円～ (130g)p330円～
夏に向けてピリ辛味が人気です!
- 縞ほっけ開き <アメリカ産>
- さば開き干し <ノルウェー産他>
- さんま開き干し <日本産他>
スタンダードな干物3品ですが、定番品として人気のある商品です。朝ご飯や晩ご飯のおかず!
- 定塩銀鮭 <三陸・宮城県産 8k/10枚>
…k1,200円～ 宮城の銀鮭を使って作りました。
- 汐ますフィーレ <北海道産 8k/17～19枚>
…k700円～ 身が柔らかく、価格もリーズナブルで食べやすい!

● 今週の見通し

(6月12日～6月18日)

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■遠海課 ☎022-237-8320				
生かつお	千葉県沖他	3k/1尾	k1,500～1,000円	➡
生かつお	千葉県沖他	6～7k/3尾	k800～600円	➡
するめいか	石川県沖他	バラ/30尾	箱3,300～2,800円	➡
ごまさば	宮城県沖他	6～10尾	箱1,700～1,000円	➡
養殖 銀さけフィーレ	宮城県他	5k/6～8枚	k1,200～1,100円	➡
■特種課 ☎022-237-8325				
天然 ほや	宮城県沖	18入	個150円～	➡
殻付うに	宮城県	18入	個330円～	➡
しじみ	宮城県	中サイズ	k1,000円～	➡
貝ほたて	宮城県沖	15入	枚250円～	➡
■鮮魚課 ☎022-237-8323				
赤めばる	青森県沖	3.3k/11～12尾	k1,400円～	➡
銀さけ	宮城県	約5k/2尾	k1,000円～	➡
真だい	青森県沖	2～3k台/1尾	k1,100円～	➡
岩がき	秋田県沖	20～30入	個300～250円	➡
殻付うに	宮城県沖	3k/20～24入	個300～250円	➡
■鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
めばちまぐろ	オーストラリア・ニュージーランド	—	お問い合わせ下さい	➡

● お買得情報

※天候・時化等により、入荷・規格が変更になる場合があります。

●遠海

真あじ

<千葉県沖産 5k/約20尾>
…k600～400円 刺身やたたきの他、もちろん寿司で食べても美味しい! 脂のつたあじと、酢飯の相性は抜群です!

●特種

生うに

<宮城県産 100g>…枚1,500円～
お酒の席の×として、ミニうに丼はいかがですか?

養殖 ほや

<宮城県産 15入>…個80円～
刻んだ大葉を散らして、爽やかな風味をプラス! ちょっと暑い日の晩酌のお供にお召し上がり下さい。

●近海

わかさぎ

<青森県産 3k/中サイズ>
…k700円～ 天ぷらやフライなどの揚げ物で! 磯部揚げ・ごま揚げ・カレー揚げなどの変わり揚げもオススメ! ぜひお試し下さい!

●まぐろ

天然 本まぐろ <三陸産他 定置・旋網>
やや価格は高めですが、身質も良く、おもてなしにオススメのまぐろです!