



● 今週のカレンダー

※気象データは2016年分

「な(7)っとう(10)」の語呂合わせから、7月10日は「納豆の日」と制定されています。

さて、納好き嫌いの分かれる納豆ですが、最近の実験で納豆を一番美味しく食べられる混ぜ方・混ぜる回数は、醤油を少しずつ入れながら合計400回かき混ぜる、だと分かったそうです。

100回混ぜた納豆よりも、400回混ぜた納豆の方が旨味が増して美味しくなり、400回以上混ぜても、旨味はそれより上がる事も下がる事もないのだとか。また、最初に醤油やタレを全部入れてしまうと充分な粘りが出にくいため、100回混ぜて醤油を少し入れて、を4回繰り返すのが良いと言われてます。

400回も混ぜるなんて大変…、とは思いますが、納豆の日にこそチャレンジしてはいかがでしょうか？

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(風)
7/10	月	先負	納豆の日 ウルトランマンの日	30.2	20.4	☀️
7/11	火	仏滅	真珠記念日	31.2	20.8	☀️
7/12	水	大安	休市 日本標準時制定記念日	27.5	19.0	☀️
7/13	木	赤口	オカルト記念日	25.2	21.2	☁️
7/14	金	先勝	求人広告の日 検疫記念日	25.8	21.5	☁️
7/15	土	友引	ファミコンの日 大阪港開港記念日	24.8	20.2	☁️
7/16	日	先負	駅弁記念日	24.8	18.9	☀️



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

7月も中旬！本格的な夏に…！？

7月に入ってから、夏らしい天気が続いています。水分補給・塩分補給なども大切ですが、まずはきちんとご飯を食べる事が大切！塩鮭・筋子・明太子など、ご飯のおかずにはぴったりの塩干品は、夏の食卓にぜひご活用ください。

また、今年は土用の期間が7月19日～8月6日となっています。丑の日のうなぎの準備や、土用しじみとも言われる栄養たっぷりのしじみの売り込みも忘れずに！



あじ・ふっこ・すすき・かつおといった夏の刺身食材も安定入荷中です。冷たいお刺身は、夏のごちそう！ご家族みなさんでお召し上がり下さい！

**オススメ！** 夏の刺身に！  
洋風・炙りサーモン！

梅雨と夏の到来です！

夏の食卓にはコレッ♪

- **新物 紅子** <アメリカ産 1等>…k4,500円～  
まだまだエア便で入荷中！
- **明太子パック** <ロシア・アメリカ産 190g>  
…p450円～ 夏のピリ辛メニューにオススメ！
- **助子** ● **明太子** <アメリカ・ロシア産 1中>  
…各k1,600円～ しっかりした1本物をオススメ！
- **汐ます** <北海道産 7.5k/6～8尾>…箱5,300円～
- **汐紅鮭 激辛**  
<ロシア産(千葉県加工) 13.5k/9～15枚>…k1,600円～  
美味しく塩分補給！激辛紅鮭は冷やし茶漬けもオススメ！
- **アトランティックサーモン トリム-E**  
<ノルウェー産 10k/7～10枚>…k2,200円～  
相場は上がり気味。養殖・冷凍品です。刺身にオススメ！

● 今週の見通し (7月10日～7月16日)

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■ 遠海課 ☎022-237-8320				
するめいか	青森県沖他	30尾	箱3,000～2,500円	➡
ごまさば	宮城県沖他	6～10尾	箱1,800～1,200円	➡
ふっこ	千葉県沖他	5k/5尾	k800～600円	➡
養殖 銀さけフィーレ	宮城県	5k/6～8枚	k1,200～1,100円	➡
生かつお	宮城県沖他	3k/1尾	k1,000～600円	➡
■ 特種課 ☎022-237-8325				
殻付うに	宮城県	18入	個300円～	➡
養殖 ほや	宮城県	18入	個100円～	➡
天然 ほや	宮城県沖	18入	個130円～	➡
つぶ貝	北海道沖	5k	k2,000円～	➡
■ 鮮魚課 ☎022-237-8323				
すすき	宮城県沖	2～3k/1尾	k1,500～1,200円	➡
赤めばる	青森県沖	3.3k/11～12尾	k1,500～1,300円	➡
まんぼう腸	宮城県	4k	k1,100～1,000円	➡
ひらめ	宮城県沖	2.0～2.5k/1入	k1,200円～	➡
岩がき	秋田県沖	40～50入	個200円～	➡
■ 鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 インドまぐろ	ニューゼaland・オーストラリア	—	お問い合わせ下さい	➡
めばちまぐろ	沖縄県沖他	—	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

<長崎県沖産他 5k/約20尾>  
…k800～500円 刻んだ大葉や小ねぎをたっぷり混ぜて、さっぱりしたあじのたたきはいかがでしょうか？

● 特種

生うに

<宮城県産 150g>…枚1,800円～  
醤油ではなく、ほんの少しの塩で食べると、甘味がいっそう引き立ちます！

しじみ

<宮城県産 中サイズ>…k1,000円～  
土用のしじみシーズンに向けて、体にやさしいしじみのお味噌汁をオススメします！

● 近海

あまだい

<秋田県沖産 3k/3～4尾>  
…k2,700円～ あっさりとした酒蒸しもオススメの食べ方です。電子レンジを使えば簡単に調理できるのも嬉しいポイント！

● まぐろ

天然 本まぐろ

<北海道・三陸産 定置>  
しっかりとした身質なので、厚めに切ったお刺身がオススメです！