

● **今週のカレンダー**

※気象データは2016年分

8月2日は「ハーブの日」です。「ハ(8)ーブ(2)」という語呂合わせが由来で心と体に潤いをもたらすハーブの素晴らしさと、その美味しさを広めるという事を目的に制定された記念日となっています。

ハーブと言えば、どんな植物を思い出すでしょうか? ミント・バジル・カモミール…、料理だけでなく、お茶にもハーブは使われています。

ところで、和製ハーブをご存知ですか? シソ・サンショウ・セリ・ミョウガ・ニラ・ミツバ・ワサビなどが、それです。どれも馴染みがあって、薬味として料理に使う事も多いのではないのでしょうか。特に、夏の刺身には薬味が活躍! 魚の種類によって薬味を変えることで、より美味しく食べられます。今夜のおかず、薬味たっぷりのお刺身はいかがですか?

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(国)
7/31	月	友引	パラグライダー記念日	31.0	23.7	☀️
8/1	火	先負	水の日 観光の日	30.5	24.1	☀️
8/2	水	仏滅	ハーブの日	29.9	24.7	☁️
8/3	木	大安	はちみつの日	30.2	24.0	☁️
8/4	金	赤口	笹の日 ピアホールの日	32.4	23.4	☀️
8/5	土	先勝	仙台七夕花火祭り タクシーの日	33.5	23.0	☀️
8/6	日	友引	仙台七夕(8/8) 二の丑の日 広島平和記念日	33.4	24.1	☀️



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**

仙台七夕も始まりませう…!!

カレンダーは8月に入り、ますます暑い日が続きます。今年は梅雨入りが遅かった分、梅雨明けも遅れそうですが、暑い日は続いています。体調を崩さないように気を付けましょう。

夏休みも真っ盛りとなり、あちこちで花火大会や夏祭りも始まります。刺身やシーフードサラダ、冷やし汁、変わり冷奴など、ひんやりとした夏メニューで夏の食卓を盛り上げましょう。するめいか・ほや・かつお・あじ・いわし・たこ…。旬の魚を味わいましょう!



また、今年は二の丑の日があるため、引き続きうなぎや穴子も夏のスタミナ食としてオススメです!

オススメ! 夏の旬魚! 穴子の天丼!

東北は夏祭りシーズン!
真夏の食卓にはコレッ!

- **汐ます** <北海道産 7.5k/6~8尾>…箱5,500円~ 鱒は鱒なりに美味!
- **新物 汐紅鮭** <ロシア産 17.5k/8~10尾/特級>…k1,500~1,300円 2016年物の新物! やや高値です。
- **定塩紅鮭 辛口** <アメリカ産 8k/7~8枚>…k1,250円~ 漬け込み製法で作りました。夏休みの朝ご飯に!
- **新物 紅子** <アメリカ産 1等> 船便の入荷スタートです!
- **明太子パック** <ロシア・アメリカ産 190g>…p450円~ サラダや和え物など、便利に使える明太子です!
- **助子** ● **明太子** <アメリカ・ロシア産 1中>…各k1,600円~ 焼いて食べるのもオススメの食べ方!
- **うなぎ長蒲焼き** <鹿児島県産 2k×5/60尾>…k7,000円~ まだまだ暑い日が続きます! うなぎでスタミナアップ!
- **うなぎ長蒲焼き** <中国産 10k/35尾>…k2,600円~
- **うなぎ串蒲焼き** <中国産 100g/20×57>…k2,800円~ 安くて美味しい中国産もオススメです!

● **今週の見通し (7月31日~8月6日)**

商品名	産地	規格	予想価格	相場
遠海課 ☎022-237-8320				
いわし	北海道沖	2k/13~15尾	k800~400円	➡️
ごまさば	宮城県沖他	6~10尾	箱1,800~1,200円	➡️
真あじ	長崎県沖他	5k/約20尾	k800~600円	➡️
生かつお	宮城県沖	3k台/1尾	k1,000~500円	➡️
生さんま	北海道沖	2k/約15尾	k4,000~1,500円	➡️
特種課 ☎022-237-8325				
生うに	宮城県	150g	枚2,300円~	➡️
しじみ	宮城県	中小サイズ	k1,500円~	➡️
しじみ	ロシア	————	k600円~	➡️
殻付うに	宮城県	18入	個220円~	➡️
鮮魚課 ☎022-237-8323				
花だい	宮城県沖	3k/10~15尾	k800円~	➡️
ひらまさ	宮城県沖	2~3k/1尾	k1,500円~	➡️
いしもち	宮城県沖	3k/10~16尾	k600円~	➡️
とびうお	宮城県沖	3k/10~16尾	k450円~	➡️
煮だこ	福島県	5k/5~8入	k1,200円~	➡️
鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 本まぐろ	北海道・三陸沖	定置	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**
するめいか
<青森県産他 30尾>
…箱3,000~2,500円 刺身はマリネはもちろん、夏のシーフードカレーもオススメです!

● **特種**
養殖 ほや
<宮城県産 15入>…個80円~
天然 ほや
<宮城県産 18入>…個150円~
ちょっと変わった食べ方として、たっぷりのんにくとオリーブオイルで、アヒーショはいかがですか? スタミナアップ間違い無し!

● **近海**
開きあなご
<宮城県産 2k/10~20入>
…k2,500円~
安定した入荷が続いています。天ぷら・蒲焼き・ちらし寿司など、穴子づくしもオススメです!

● **まぐろ**
天然 インドまぐろ
<ニュージーランド・オーストラリア産>
脂乗りも良く、身質の良いまぐろが入荷中!