



● **今週のカレンダー**

※気象データは2017年分

6月4日の「蒸し料理の日」は「む(6)し(4)」の語呂合わせから、株式会社mizkanが制定した記念日です。

蒸し料理はホカホカあったかなイメージで、夏にはあまり食べたくないと思うかもしれませんが、油を使う事も少なくアッサリサッパリ食べられる上、電子レンジでも簡単に作れる事から、暑さで食欲が落ちた時にも意外に食べやすい料理法です。蒸す事で素材本来の味が引き立ち、魚などもふんわりジューシーに仕上がるのも嬉しいポイント！

「蒸し料理の日」には、旬の魚を使った蒸し料理を食べてみませんか？

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(風)
6/4	月	赤口	蒸し料理の日 虫の日	18.8	13.0	
6/5	火	先勝	世界環境デー 落語の日	22.4	11.6	
6/6	水	友引	休市 ロールケーキの日	19.8	11.1	
6/7	木	先負	母親大会記念日	21.8	13.6	
6/8	金	仏滅	世界海洋デー	22.1	16.0	
6/9	土	大安	ロックの日(音楽・鍵)	24.7	14.4	
6/10	日	赤口	時の記念日 ミルクキャラメルの日	25.0	15.1	



仙都魚類(株)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**

季節は初夏…！！

カレンダーも6月になり、梅雨入り前の過ごしやすい天気が続いています。この時期にオススメしたいのは、海鮮バーベキュー！貝類やえびなどの甲殻類、いか・たこなどが王道です。豪快なグリル焼からホイル焼などのちょっと凝ったメニューまで、色々な美味しさが楽しめます。もちろん、おうちの中のオーブントースターや魚焼きグリルなどを使ってもバーベキューメニューは楽しめます。焼き立て熱々を楽しみましょう！



また、夕時鮭・汐ます・塩紅子の新物が続々と入荷する時期になりました！こちらも、ぜひ焼き立てご飯と一緒に召し上がり下さい！

**オススメ！** レンジで簡単蒸し料理！  
真あじのピリ辛蒸し！

続々と新物入荷！

新物シーズンの食卓にはコレッ♪

- **新物 夕時鮭** <北海道産 1本入>…k2,800円～  
新物入荷です！炊き立てご飯と一緒にどうぞ！
- **鮭フレーク** <アメリカ産 100g>…@300円～
- **白鮭フレーク** <ロシア産 110g>…@230円～  
運動会や行楽シーズンに大活躍のフレークです！
- **新物 紅子** <アメリカ産 1等・2等・3等>  
6月2日から入荷開始予定！
- **わさび昆布** <三幸 1k>…k650円～  
爽やかな辛さが今の季節にぴったりの美味しさ！
- **ザーサイくらげ** ● **おくら昆布** <三幸 各1k>  
…各k800円～ ビールのつまみや、お通しとしても大活躍の珍味！父の日の準備にもいかがですか？

● **今週の見通し (6月4日～6月10日)**

商品名	産地	規格	予想価格	相場
<b>■ 遠海課</b> ☎022-237-8320				
生かつお	千葉県沖他	6～7k/3尾	k700～400円	➡
たらスキンス	岩手県他	3k/約10枚	k850～750円	➡
養殖 銀さけフィーレ	宮城県	5k/約9枚	k1,100～950円	➡
真あじ	長崎県沖他	5k/20～30尾	k700～500円	➡
ごまさば	宮城県沖	5～10尾	箱1,800～1,000円	➡
<b>■ 特種課</b> ☎022-237-8325				
ホンビノス貝	千葉県沖	5k	k400円～	➡
咲赤	韓国	Lサイズ	p250円～	➡
おきつづ貝	北海道沖	5k	k600円～	➡
近海はまぐり	千葉県沖	5k	k1,200円～	➡
ボイルほたて	青森県	150gパック	p230円～	➡
<b>■ 鮮魚課</b> ☎022-237-8323				
めひかり	千葉県沖	3k	k900円～	➡
わかさぎ	青森県	3k/大サイズ	k650円～	➡
すすき	宮城県沖	3k/1尾	k1,200円～	➡
開あなご	宮城県	3k	k2,200円～	➡
<b>■ 鮮まぐろ課</b> ☎022-237-8324				
天然 インドまぐろ	ニュージーランド・オーストラリア	—	お問い合わせ下さい	➡
めばちまぐろ	ニュージーランド・オーストラリア	—	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**

**生かつお**

<千葉県沖産他 2～3k/1尾>  
…k1,000～600円 醤油・酢・砂糖を合わせたタレに、スライスした玉ねぎと一緒に漬け込むだけ！ポン酢とも違う美味しさが味わえます！

● **特種**

**さざえ**

<静岡県沖産 5k>…k1,300円～  
バーベキューの定番アイテム！醤油にちょっとのバターとにんにくをプラスして味付けすると、いつもの壺焼きが変わります！

● **近海**

**真がれい**

<宮城県沖産 3k>…k450円～  
電子レンジを使った簡単レンジ蒸しにもオススメの食材です！

**小だい**

<秋田県沖産 4.3k>…k700円～  
最初に焼いてほぐした身と一緒に炊くだけ！食べやすい鯛飯の出来上がり！

● **まぐろ**

**めばちまぐろ**

<塩釜・三陸沖産> 塩釜の旋網がオススメ！相場は高めですが、身質の良いまぐろが入荷しています。