



● **今週のカレンダー**

※気象データは2017年分

9月18日は「かいわれ大根の日」。8を横にして下に1を書くとかいわれ大根の芽に見える事から、日本かいわれ協会が1986年9月に制定しました。

かいわれ大根は、その名の通り大根の発芽直後のもの。シャキッとした食感とピリッとした辛味が持ち味で、栄養面でも優れており、水耕栽培で季節を問わず安定して作ることが出来る事もあって、普段の食卓に気軽に取り入れていきたい野菜の1つです。

サラダはもちろん、手巻き寿司やちらし寿司でも、かいわれ大根はよく食べられています。また、秋刀魚の塩焼きに大根おろしを添えるように、かいわれ大根を添えてもとても合います。たまには違った食べ方をしたい時にいかがですか？

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(風)
9/17	月	先負	敬老の日 モノレール開業記念日	21.6	18.8	☁
9/18	火	仏滅	かいわれ大根の日	29.6	20.1	☀
9/19	水	大安	苗字の日	27.9	17.4	☀
9/20	木	赤口	秋彼岸入 空の日 バスの日	27.6	18.4	☁
9/21	金	先勝	国際平和デー ファッションショーの日	26.3	17.9	☀
9/22	土	友引	国際ビーチクリーンアップデー	23.9	14.7	☁
9/23	日	先負	秋分の日 万年筆の日	21.7	18.6	☁



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**

敬老の日やお彼岸などの連休が続きます…!!

9月中旬となり、秋に旬を迎える魚介類の入荷も少しずつ安定してきました。生さんまは、例年に比べると小型中心ではありますが、昨年よりは大きく脂のりの良い魚が入荷しています。塩焼きはもちろん、ガーリックソテーなどで風味の違う美味しさを味わいましょう！また、はらこ飯が人気の秋さけですが、フライ・ホイル焼き・ちゃんちゃん焼なども美味しく食べられるオススメレシピです！

9月14日より“ひがしものブランド”のめばちまぐろも入荷しています！鮮度・色つや・脂のり・うまみに優れたまぐろもぜひ味わって下さい！

新米シーズンも意識して、魚卵類や塩鮭鱒といった商材も取り揃えておきましょう！



オススメ! 秋の美味しさ!
はらこ飯!

秋の味覚を楽しもう!

食欲の秋の食卓にはコレッ♪

- **塩紅子** <アメリカ産 1等>…k3,800円～
相場がやや下がりました。炊き立てご飯と一緒に食べるのはもちろん、おにぎりにもオススメ!
- **助子** ● **明太子** <ロシア・アメリカ産 S>
…各k1,500円～ これからの新米シーズンにむけて!
- **わかめ煮竹の子入** <三幸 3k>…k900円～
敬老の日にもオススメの煮物です!
- **銀たらみりん漬** <三晃食品 70g>…@150円～
- **さんま生姜煮** <太田食品 4切>…@180円～
酒の肴にもご飯のおかずにもぴったりの魚惣菜!
- **定塩紅鮭** <ロシア産 6～8枚>…k1,800円～
<ロシア産 9～12枚>…k1,500円～
<ロシア産 14～16枚>…kk1,400円～
西カムチャッカで漁獲された今年の新物です!

● **今週の見通し**

(9月17日～9月23日)

商品名	産地	規格	予想価格	相場
遠海課 ☎022-237-8320				
生かつお	宮城県沖	2～3k/1尾	k900～600円	➡
尾長まぐろフィーレ	和歌山県	7～8k	k1,500～1,300円	➡
秋さけフィーレ	北海道他	5k/4～6枚	k1,300～1,200円	➡
するめいか	青森県沖他	20尾	箱4,500～3,500円	➡
ぶり	北海道沖他	5～9k/1尾	k1,000～600円	➡
特種課 ☎022-237-8325				
ホンピノス	千葉県沖	5k	k400円～	➡
さざえ	千葉県沖	5k	k1,600円～	➡
赤貝	中国	4k	箱4,800円～	➡
ベビーほたて	青森県	120g	p200円～	➡
はまぐり	千葉県沖	5k	k1,800円～	➡
鮮魚課 ☎022-237-8323				
秋さけ(メス)	北海道沖	3k台/1尾	k1,600円～	➡
秋さけフィーレ	北海道	5k/7～8枚	k1,300円～	➡
すすき	宮城県沖	約3k/1尾	k1,800円～	➡
ひらめ	宮城県沖	約2.5k/1入	k2,800円～	➡
鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
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。

● **遠海課**

生さんま

<北海道沖産他 4k/25～33尾>
…k1,200～600円 まずはシンプルな塩焼きで! 塩を振って数分おいてから焼くのがポイント!

● **特種課**

つぶ貝

<北海道沖産 5k>…k1,000円～
刺身の他に、濃厚な旨味を味わえる煮付けや、ニンニクの風味をきかせたアヒージョもオススメの食べ方です。

● **鮮魚課**

はらこ

<北海道産 3k>…k5,300円～
秋さけ(オス)
<北海道沖産 3k台/1尾>…k950円～
やっぱりこの時期にははらこ飯が一番! 秋を代表する、美味しい宮城の郷土料理です。

● **鮮まぐろ課**

めばちまぐろ

<塩釜沖産> 塩釜三陸ひがしもの、9月14日から販売開始しました! 今年も良品が入荷しています!