



● **今週のカレンダー**

※気象データは2017年分

11月7日は「鍋の日」。この日が冬の始まりとも言える立冬になる場合が多い事と「い(1)い(1)な(7)べ」の語呂合わせから制定されました。

冬の定番料理・鍋ですが、寒いほど熱々の鍋料理が食べたくなるものです。夕食メニューに鍋料理を選ぶ人が増えてくるのは、夕方の気温が15℃以下になる頃と言われます。

冬は魚介類や白菜、ねぎなど鍋にもってこいの具材が美味しい季節！そして、ひと口に鍋と言っても、地域やご家庭によっても様々な特徴があるのが面白いところです。材料や味付けによってバリエーションは無限に広がるので、この冬は工夫を凝らした鍋料理で体の芯から暖まってみませんか？

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(図)
11/5	月	赤口	いいりんごの日 世界津波の日	14.4	7.1	
11/6	火	先勝	アパート記念日 お見合い記念日	19.2	5.8	
11/7	水	友引	休市 立冬 鍋の日	20.2	7.3	
11/8	木	仏滅	刃物の日 いい歯の日 ギネス世界記録の日	19.3	9.7	
11/9	金	大安	ベルリンの壁崩壊の日	15.3	11.0	
11/10	土	赤口	エレベーターの日 ハンドクリームの日	15.0	6.5	
11/11	日	先勝	鮭の日 きりたんぽの日	15.0	9.5	



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**

「鍋の日」や「鮭の日」を盛り上げよう…！！

11月11日の「鮭の日」に向けて、最盛期の秋鮭をぜひ売りに込んでいきましょう！宮城県産の入荷も多く、相場も安定している今がチャンス！はらこ飯・さけフライ・チャンチャン焼き・シチューなど、和食でも洋食でも美味しい魚です。また、11月7日には「鍋の日」もあります。鮭を使った鍋は、石狩鍋が有名ですが、その他にも粕汁・豆乳鍋・鮭と白菜の重ね鍋などもあります。鮭の日と鍋の日には、旬の秋鮭をアピールしましょう！



他にも、鮭商材は取り揃えています。いくら・定塩紅鮭・サーモンマリネなども、欠かさない商材です。ぜひ様々な鮭の美味しさを味わって下さい！

オススメ！ 宮城の郷土料理！
はらこ飯！

11月11日は「鮭の日」！

鮭の日の食卓にはコレッ♪

- **紅子** <アメリカ産 1等>…k3,800円～
今年の新米はもう食べましたか？新米のおともに！
- **味付いくら** <北海道産 500g>…k8,000円～
- **塩いくら** <北海道産 1k>…k9,000円～
はらこ飯にも使えます！
- **銀鮭ハラス** <ミズノシーフーズ 180g>…@200円～
たっぷりの大根おろしとポン酢で食べるのもオススメ！
絶品の酒の肴になります！
- **サーモンマリネ** <中外フーズ 800g>…@1,900円～
爽やかな食感と口当たりのマリネです。
- **鮭フレーク** <三幸 160g>…@230円～
いつもの鮭フレーク！常備品に！
- **定塩紅鮭** <カナダ産 甘口>…k1,800円～
- **定塩紅鮭** <カナダ産 中辛>…k1,850円～
脂があって美味しいカナダ産の鮭です！

● **今週の見通し**

(11月5日～11月11日)

● **お買得情報**

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■ 遠海課 ☎022-237-8320				
秋さけフィーレ	北海道他	5k/4～7枚	k1,100～1,000円	➡
真白子	北海道他	3k	k7,000～2,000円	➡
尾長まぐろフィーレ	和歌山県他	7～9k	k1,400～1,100円	➡
わらさ	青森県沖他	約10k/3尾	k600～400円	➡
さば	宮城県沖他	5～10尾	箱2,500～1,100円	➡
■ 特種課 ☎022-237-8325				
さざえ	千葉県沖	5k	k1,600円～	➡
ホンピノス	千葉県沖	5k	k400円～	➡
串ほたて	青森県	3玉/本	本100円～	➡
ボイルほたて	青森県	120g	p200円～	➡
近海はまぐり	千葉県沖	5k	k1,600円～	➡
■ 鮮魚課 ☎022-237-8323				
秋さけフィーレ(オス)	宮城県	5k/8～9枚	k1,000円～	➡
ばらこ	宮城県	3k	k4,800円～	➡
秋鮭(オス)	宮城県沖	3k台/1尾	k700円～	➡
さけ白子	宮城県	5k	k300円～	➡
■ 鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 本まぐろ	北海道・青森県沖	—————	お問い合わせ下さい	➡

※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**

たらフィーレ

<北海道産他 5k/4～8枚>
…k1,100～900円 鍋の定番と言えばこの魚！白子と一緒に、白だしを使った汁で作るシンプルな鍋もオススメです。

● **特種課**

ほっき貝

<北海道沖産 5k/12～15玉>
…個300円～ 天ぷらやフライといった揚げ物にしても美味しい！甘味と旨味が楽しめる調理法です。

● **鮮魚課**

秋さけフィーレ(メス)

<宮城県産 5k/8～9枚>…k800円～
はらこ
<宮城県産 3k>…k5,500円～
宮城の郷土料理・はらこ飯は、ぜひ宮城県産の秋鮭とはらこで！秋鮭の良品が入荷中！

● **鮮まぐろ課**

めばちまぐろ

<塩釜産他> 「ひがしもの」は、今しか食べられない期間限定品です！