



● **今週のカレンダー**

※気象データは2019年分

2月11日は「わんこそば記念日」。岩手県花巻市でわんこそば全日本大会が開催される日です。

漢字では「椀子そば」と書きますが、今から400年以上前の江戸時代初期、南部藩のお殿様が花巻に立ち寄った際、様々な郷土料理と共に漆塗りのお椀に盛ったひと口分のおそばを出したところ、お殿様がその美味しさに何杯もお代わりした事から始まった、とも言われています。

次から次へと空いたお椀にそばが追加されていく食べ方は、わんこそばならではの！現在では大食いのイメージが強いものの、本来はおもてなしの食文化です。岩手にお越しの際は、日本三大そばの1つとも言われるわんこそば、ぜひお召し上がり下さい。

日付	曜日	六曜	行事・記念日	最高気温	最低気温	天気(風)
2/10	月	大安	ふきのとうの日 簿記の日	2.4	-3.3	☀️
2/11	火	赤口	建国記念の日 わんこそば記念日	5.3	-1.8	☁️
2/12	水	先勝	ペニシリンの日	4.3	-0.7	☀️
2/13	木	友引	苗字布告記念日	4.5	-3.4	☀️
2/14	金	先負	バレンタインデー 煮干しの日	3.7	-3.1	☁️
2/15	土	仏滅	春一番名付けの日	5.3	-2.2	☁️
2/16	日	大安	天気図記念日 寒天の日	9.0	-1.7	☀️



仙都魚類は、「食料王国みやぎ」を応援しています。

● **今週のおすすめ情報**

食卓には早春の彩りを…!!

2月になって、ようやく冬らしい寒さの日が続きました。急激な温度変化で、体調を崩しやすくなります。バランスの良い食事ときちんと睡眠をとることが、体調管理の基本！魚に含まれるDHA・EPAには免疫力を高める効果が認められていますので、旬の魚を食べて体を守りましょう！

今月になってから寒さは厳しいものの、春の魚介類も順調に入荷しています。特にオススメは、にしんとやりいか！良品が入荷しています。にしんは塩焼きや煮魚に、やりいかは刺身や



炒め物でその美味しさを味わって下さい。また、熱々の揚げ物商材に、わかさぎやかれい類はいかがですか？

早春の美味しさを、たくさん楽しみましょう！

オススメ！ 春告げ魚と言えば！
にしんの煮付！

普段の食事を美味しく食べよう！

2月の食卓にはコレッ！

- **辛子明太子** ● **たらこ**
くロシア・アメリカ産 各種…各k2,000円～
たらこ・バター・醤油をご飯に混ぜ合わせ、仕上げに刻みのりを！いつもと違った美味しさが味わえます！
- **紅子** くアメリカ産 5k…k3,600円
- **海藻生活(白だし・ピリ辛)** くヤマト 各110g…各@130円～ あかもく・めかぶ・莖わかめを混ぜて味付け済みです。ご飯にかけてもよし！冷奴のトッピングにしてもよし！
- **子持ち昆布** く三幸 1k…k900円～
- **定塩紅鮭** くロシア産 9～10枚…k1,200円～
- **定塩銀鮭** くチリ産 ハラミ…k1,000円～
相場がやや下がり気味になっています。食卓の定番商材として、オススメです！

● **今週の見通し**

(2月10日～2月16日)

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■遠海課 ☎022-237-8320				
やりいか	青森県沖他	3.3k/約13入	k1,800~1,500円	➡
ボイルほたるいか	兵庫県	5合	枚800~600円	➡
尾長まぐろフィーレ	和歌山県他	7~8k	k1,300~1,200円	➡
真白子	アラスカ	1k/9入	k1,600~1,400円	➡
ほたて稚貝	青森県	約3k	箱1,400~1,200円	➡
■特種課 ☎022-237-8325				
はまぐり	中国	2k	k1,200円～	➡
白魚	福島県沖	200gパック	k2,500円～	➡
ホンピノス	千葉県沖	5k	k400円～	➡
しじみ	ロシア	18k	k1,000円～	➡
あわび	宮城県沖	100~120g/個	k16,000円～	➡
■鮮魚課 ☎022-237-8323				
白魚	福島県沖	200gパック	k2,500円～	➡
くりがに	青森県沖	4k/12~15入	k700円～	➡
真白子	北海道沖他	3k	k3,000円～	➡
真がれい	福島県沖	5k/8~15入	k600円～	➡
■鮮まぐろ課 ☎022-237-8324				
天然 本まぐろ	塩釜・銚子沖	—	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**
にしん
く北海道沖産他 4k/約13尾…k700円～ 春告げ魚を代表する魚です。塩焼きか煮魚で食べるのがやっぱり美味しい！
- **特種**
近海はまぐり
く千葉県沖産 5k…k2,500円～ 旨味が強いはまぐりは、キャベツなどの野菜と一緒に煮込んだスープも絶品の美味しさ！寒い日の一品に！
- **近海**
わかさぎ
く青森県産 3k/小サイズ…k750円～
フライや天ぷらなどの揚げ物がオススメです！じっくり揚げて、丸ごと食べちゃいましょう！
- にしん**
く石巻沖産 4k/11~15尾…k700円～
- **まぐろ**
めばちまぐろ
く和歌山県沖産他 空輸めばちが少なめのため、身色の良い国産まぐろがオススメです。