



● **今週のカレンダー**

※気象データは2019年分

6月14日は「世界献血者デー」。献血者に感謝すると共に、血液製剤を必要とする患者のために献血が欠かせない事を知ってもらう日です。因みに、この日はABO式血液型を発見し、ノーベル賞を受賞したカール・ラントシュタイナーの誕生日になります。

もちろん、献血をするには健康でなければいけませんし、献血にも様々な基準があります。

さて、献血と言えば血液。そして血液と言えば関係のある栄養素は鉄分。鉄分は、貧血を予防してくれる栄養素として有名です。その鉄分を多く含む魚介類として、今の時期にオススメなのが、かつおと岩がき！かつおは薬味たっぷりのたたきで、岩がきは酒蒸しやバター焼きにしても美味しい食材です。旬の時期を逃さず、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(圖)
6/8	月	友引	世界海洋デー	21.5	15.9	
6/9	火	先負	ロックの日	20.6	14.8	
6/10	水	仏滅	休市 入梅 時の記念日	19.9	12.8	
6/11	木	大安	傘の日 国立銀行設立の日	18.5	14.2	
6/12	金	赤口	日記の日 バザーの日	20.2	14.4	
6/13	土	先勝	はやぶさの日	25.1	11.7	
6/14	日	友引	世界献血者デー	24.6	16.4	



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**

● **熱中症にも注意が必要です…！！**

6月を迎え、概ね天気の良い日が続いています。大きな時化も無く、市場への入荷もほぼ安定しています。

今頃のいわしは「入梅いわし」とも言われ、年間で一番脂のりが良くなると言われています。水揚げも順調ですので、6月～7月にはぜひお召し上がり頂きたい魚の1つです。その他、生かつお・真あじ・真だ人もオススメ！刺身や塩焼きなどで、シンプルに美味しさを味わってはいかがでしょう。



また、空輸の新物紅子の2回目搬入も、6月13日に予定されています。数量が少ないために相場は上がっていますが、空輸の新物ならではの美味しさも見逃せません！

オススメ！ 旬の美味しさ！
真いわしの塩焼き！

● サッパリした味覚が人気！
初夏の食卓にはコレっ♪

- **新物 紅子** <アメリカ産 5k/各種>…k6,800円～空輸新物筋子、2回目搬入は6月13日(土)予定！
- **定塩紅鮭** <ロシア産 8k/6～8枚>…k1,600～1,400円 厚切切身での販売がオススメ！
- **紅鮭寒風干** <ロシア産 8枚>…k1,400円～干す事で旨味が凝縮！酒の肴にも合います！
- **中華くらげ** <大栄フーズ 1k>…k900円～野菜やチキンとの和え物に！風味豊かなゴマの香りが美味しさを引き立てます。
- **中華ホタテひも** <大栄フーズ 1k>…k1,200円～冷やし中華のトッピングにもピッタリです。
- **にしん甘酢漬** <大栄フーズ 1k>…k1,200円～にしんは大きめにカットしてあるので、そのまま小鉢に盛り付けて一品に！

● **今週の見通し (6月8日～6月14日)**

商品名	産地	規格	予想価格	相場
■ 遠海課 ☎022-237-8320				
するめいか	石川県沖他	20～30尾	箱5,000～3,000円	➡
真さば	宮城県沖他	5～10尾	箱1,800～1,000円	➡
養殖 銀さけフィーレ	宮城県	5k/約8枚	k1,000～900円	➡
生かつお	千葉県沖他	3～8k/1尾	k1,000～500円	➡
真あじ	長崎県沖他	5k/約23尾	k600～500円	➡
■ 特殊近海1課 ☎022-237-8325				
赤むつ	千葉県沖他	3k~/2～4尾	k6,000円～	➡
天然 真だい	山形県沖他	2～3k/2～3尾	k1,000円～	➡
なんばんえび	山形県沖他	大サイズ	k1,500円～	➡
小だい	青森県沖	3k/8～12尾	k600円～	➡
■ 特殊近海2課 ☎022-237-8323				
舌切り	三重県	70g	p300円～	➡
殻付とり貝	千葉県	5k	k1,500円～	➡
さざえ	長崎県沖	5k	k1,200円～	➡
ホンビノス	千葉県沖	5k	k500円～	➡
近海はまぐり	千葉県沖	5k	k1,500円～	➡
■ まぐる課 ☎022-237-8324				
天然 本まぐろ(旋網)	塩釜沖他	—	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**

● **いわし**

<千葉県沖産他 4k/約38尾>
…箱1,600～1,400円 まずは刺身で！塩焼きも捨てがたい！煮ても焼いても美味しい旬の魚です！

● **特近1**

● **ミンククジラ**

<青森県沖産 胸肉>…k2,500円～定番料理と言えば竜田揚げ！リンゴジュースやすりおろした玉ねぎに漬けておくと、臭みが和らぎ、肉が柔らかくなります！

● **特近2**

● **小柱**

<三重県産 130g>…p400円～かき揚げや炒め物など、便利に使える商材です。シーフードサラダにもオススメです！

● **まぐる**

● **インドまぐろ**

<ニュージーランド産他> 6月はオーストラリア産が中心になる予定です。