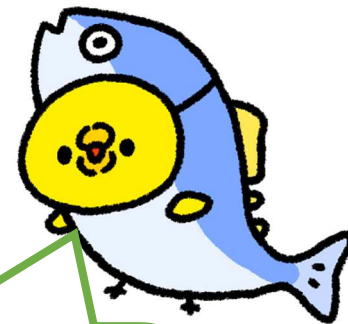




今日の  
**おすすめ!**

しろみざかな **白身魚** でふわふわした身がおいしい



そうましさん  
相馬市産 **「メヒカリ」**



メヒカリはこうやって獲る!!

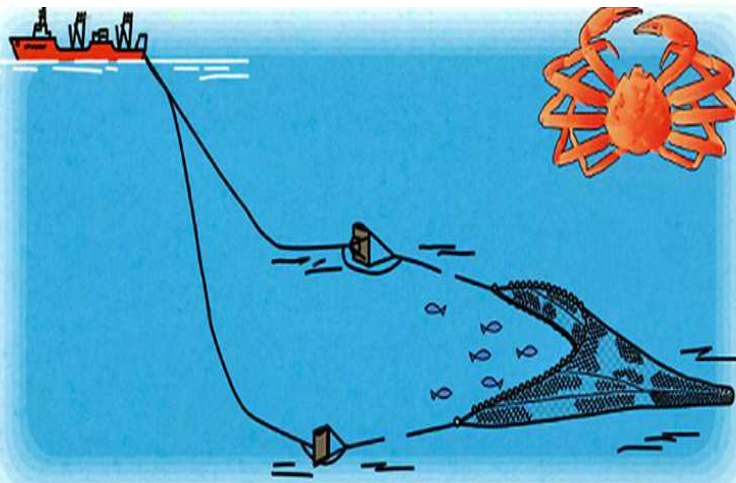
「メヒカリ」は福島のおきあい 比較的深い

場所にすんでいるため、多くは沖合底曳網

で捕獲されます。



おきあいそびきあみりょう  
沖合底引網 漁 (イメージ)



メヒカリは1年中獲れますが、春が旬  
といわれています。しかし!! 秋から冬  
にかけての今の時期に、脂がのってき  
ておいしくなります😊

うまー! メヒカリ料理!!

「めひかり」ってどんな魚?

正式名称は「アオメエソ」。青く光る大

きな目が特徴で「メヒカリ」という名前

で親しまれている体長15~20センチほ

どの深海魚です。



メヒカリの唐揚げ



メヒカリの南蛮漬



メヒカリのお刺身

