



宮城県産活〆銀鮭



生臭くないよ!



こだわりの原料

生産地・生産者・流通経路がはっきりした、出どころ確かな銀鮭です。

宮城県女川魚場・雄勝漁場の生産者6団体で養殖・水揚げしています。生産者が皆同じ種苗・網・餌を使用することで、品質のバラツキを抑え、安定した身色、身質で提供します。餌に「植物由来原料」を使用することで健康に育て、出荷前に「オキアミミール」を与えて、うま味と色味を豊かにしました。また飼育期間中に抗生物質・合成抗菌剤を使用しない「グリーン・プログラム」基準の銀鮭です。

おいしさ

おいしさの秘密は「活〆」にあります。

活〆(かつじめ)とは、生きた鮭の背骨に1匹ずつ刃を入れて、血抜きを氷水の中で行う手法です。身に残る血生臭さを抑え身の鮮度を良好に保つことができます。

「活〆」は、技術と人手が必要なことから、宮城県内でこの方法を実施しているのは数社のみです。ほとんどは、「野〆(のじめ)」という氷水に生きたまま入れる方法で水揚げされます。「野〆」は効率よく大量に水揚げ可能な反面、鮮度劣化が早く体内に残る血液から臭み(養殖臭)が発生します。



生産サイクル (養殖)

- 2014年10月 ① 魚からの採卵
 - 2014年12月 ② 心化・稚魚
 - 2015年1月
 - ↓
 - 2015年10月
 - 2015年11月 ④ 魚沖出し
 - ↓
 - 2016年4月
 - ↓
 - 2016年7月
- ③ 水面養殖場
⑤ 面養殖
⑥ 水揚げ・選別 (販売5月～)

*採卵から2年で成魚に



水揚げ時の銀鮭

ココロがよろこぶ おすすめポイント♪

- 産地・生産者・流通経路が明らかな、養殖の加熱用銀鮭(無塩)です
- 鮮度にこだわり1匹ずつ血抜きをする「活〆」で、生臭さを抑えました
- 餌に植物由来原料を添加し、抗生物質・合成抗菌剤不使用で育てたグリーン・プログラム商品です

組合員から寄せられた銀鮭のレシピです。ホームページではもっとたくさん掲載しています。ぜひ参考になさってください。

鍋にお任せ銀鮭と白菜のショウガたっぷり煮 京ちゃん

【材料】銀鮭2切、白菜大きめ5~6枚、ショウガ・大きめ1片

【作り方】

- 1) 白菜はざく切り、ショウガは千切りに。
- 2) 鍋に、白菜の固い方の部分を敷きつめ、鮭をのせ、白菜の柔らかい部分をのせ、ショウガの千切りをたっぷりのせる。



- 3) 水大さじ2、酒・みりん・しょうゆ各大さじ1を回しかけ、フタをして弱火で15~20分くらい蒸し煮にする。
- 4) 白菜のカサがグッと減りトロトロになったら出来上がり！

ホイル蒸し せるばんさん



【材料】鮭、玉ねぎ、とろけるチーズ

【作り方】1) アルミホイルにスライス玉ねぎをしき、銀鮭、とろけるチーズの順に乗せる。2) 1)のホイルをラップでぴっちりくるみ、炊飯器で米といっしょに炊き上げる。

ホイル焼き みきPさん



【材料】鮭、玉ねぎ、とろけるチーズ

【作り方】塩胡椒した鮭とキノコ類、レンジ加熱したじゃがいもにマヨネーズとナチュラルチーズをかけてホイルで包んでオーブントースターで10分~15分。

銀鮭の生姜焼き なおちゃんさん

【材料】銀鮭2枚、片栗粉適量、長ねぎ適量、サラダ油適量、醤油小さじ2、酒小さじ2、みりん小さじ2、砂糖小さじ1/2、生姜のすりおろし(チューブ)小さじ1/4

【作り方】1) 銀鮭に片栗粉を薄くつける。

2) 醤油、酒、みりん、砂糖、生姜をよく混ぜる。



3) フライパンにサラダ油をひき、長ねぎを弱火で色よく焼く。

4) 銀鮭を入れ、両面焼く。

5) 火が通ったら、火を消してフライパンの粗熱を取る。

6) 2)の合わせ調味料を加え、火をつけて絡める。

洋風トロふわ銀鮭ムニエル かすみ草さん

【材料】鮭、じゃがいも、玉ねぎ、小麦粉、オリーブオイル、とろけるチーズ、ピザソース



【作り方】

- 1) じゃが芋・玉ねぎを薄くスライス後、粉をまぶした銀鮭とともにオリーブオイルで焼く。
- 2) 皿に玉ねぎ→銀鮭→じゃが芋の順で積み上げる。
- 3) とろけるチーズ+ピザソースをかけ、レンチン！完成!!

銀鮭のクリーム煮 トムくんさん

【材料】鮭、ズッキーニ、ぶなしめじ、玉ねぎ、ホワイトソース、牛乳、とろけるチーズ

【作り方】1) 銀鮭は皮を外し骨をとる。

2) 銀鮭・ズッキーニ・ぶなしめじ・玉ねぎを適当な大きさに切り、塩こしょうしてフライパンで焼く。



3) ホワイトソース・牛乳・とろけるチーズを入れて5分ほど煮込む。

* チーズたっぷりだとおいしいです!!

鮭ポテト焼き Y.Sさん

【材料】(2人分) 鮭2切、じゃがいも中3個、粉チーズ大さじ3、牛乳大さじ1、片栗粉小さじ1、オリーブオイル大さじ2、ケチャップ好みで

【作り方】1) じゃがいもは茹でてつぶし、鮭は焼いてほぐす。



2) 1)と粉チーズ、牛乳、片栗粉を混ぜ合わせ形を作る。

3) フライパンにオリーブオイルをひいて焦げ目がつくまで焼く。

* 子どもが喜んで食べます。色々な形で焼いても楽しいです。

銀鮭とじゃがいもの塩バター焼き KIYOさん

【材料】鮭、じゃがいも、バター

【作り方】1) 銀鮭に塩こしょうをして10分ほど置く。水気を拭き



とり、ひとくち大に切る

2) じゃがいもは食べやすく切り水につける

3) フライパンにバターを入れ、鮭を炒め、じゃがいもも入れて炒める。

4) 水100mlを入れ、蓋をしてじゃがいもに火を通す。

5) 火が通ったら塩こしょう(または塩のみ)で味を調べて完成。

サーモンのピーマン詰め K.Oさん

【材料】鮭、玉ねぎ、卵、パン粉、塩、こしょう

【作り方】1) 生鮭の切り身の皮と骨を外して細かく刻む。

2) 玉ねぎをみじん切りにして、レンジに2分かけて冷ましておく



3) 鮭、玉ねぎ、卵1個、パン粉、塩コショウを混ぜて練る。4) ピーマンを縦半分に切り内側に片栗粉を少々、3)を詰めて鮭の面に片栗粉をまぶす。

5) フライパンで両面をじっくり焼いて、お皿に盛りつけてできあがり。

※マヨネーズを付けるとおいしいよ

鮭のしょうゆ麹焼き ジェイさん

【材料】鮭3切、しょうゆ麹大2

【作り方】1) しょうゆ麹を銀鮭の両面に小さじ1ずつぬり、ラップでぴったり包む。

2) 2~3時間冷蔵庫で漬けておく。3) 銀鮭のしょうゆ麹は少し残して、フライパンに「COOPくっつかないホイル」を敷き、水少量を入れてふた



をし弱火で蒸し焼きにする。

4) 焼き目をつける時は火が通る直前にふたを取り、蒸気を飛ばして軽く焼きつける