

土用の丑はうなぎ!!

(今年の土用の丑は7月21日、二の丑は8月2日です)

うなぎ蒲焼で、タンパク質、脂質、ビタミンA、ビタミンB群を体に補給!
特にビタミンAは緑黄色野菜並み、ビタミンB₁は豚肉並みに多く含まれています。
ビタミンCを含む野菜と一緒にとれば栄養バランスもバッチリですね。



グリーン・プログラム
鹿児島・大隅産うなぎ蒲焼カット

2袋(約140g)

1,580円

3袋(約210g)

2,080円

コープのグリーン・プログラム鹿児島・大隅産うなぎの生産者、山田水産(株)の養鰻場は、鹿児島県志布志市有明町の自然豊かな場所にあります。

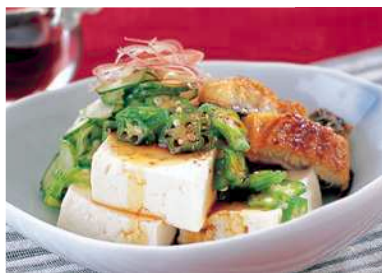
霧島山系からの豊富な地下水と温暖な気候の中、「出どころ確かでおいしいうなぎを召し上がっていただきたい」という思いで、当時、業界では「不可能」といわれた無投薬養殖を実現しました。

5人の鰻師が養鰻場に住居をかまえ、24時間体制でうなぎづくりに励んでいます。



うなぎと夏野菜のやっこ

暑いこの季節に、さっぱりおいしいおかず風冷やっこ。



材料 2人分

木綿豆腐……………1/2丁
うなぎ蒲焼……………約70g
オクラ……………6本
キュウリ……………1/2本
ミョウガ……………2コ
山椒、塩……………各適量
うなぎの蒲焼のたれ
A……………大さじ2
酢……………大さじ1

作り方

- ① 木綿豆腐は3cm角に切り、ザルにあけて水切りをする。オクラは塩をまぶしてから水洗いをし、熱湯でゆでて冷やし、小口切りにする。キュウリは薄切りにし、塩もみにする。ミョウガは斜め薄切りにして水にさらす。うなぎ蒲焼は1.5cm幅に切る。
- ② 器に木綿豆腐を盛りつけ、オクラ、キュウリ、うなぎをのせてミョウガを散らす。
- ③ Aのたれをかけて、好みで山椒をふっていただく。絹ごし豆腐でもおいしく召し上がれます。

Point! 冷蔵庫で冷やしてからいただきます。

うなぎの夏ちらし

キュウリやミョウガを加えてさっぱりと。



材料 4人分

米……………3カップ
酒……………大さじ2
昆布……………5cm
うなぎ蒲焼……………約140g
ミョウガ……………3コ
キュウリ……………1/2本
大葉……………6枚
白ごま……………大さじ2
塩、錦糸卵……………各適量
酢……………大さじ4
A 砂糖……………大さじ1/2
塩……………少々
酢……………1/2カップ
B 砂糖……………大さじ3
塩……………小さじ1/2

作り方

- ① 米は炊く30分前にといでザルに上げ、1割減の水に、昆布、酒を加えて30分おいてから炊く。
- ② ミョウガはさっとゆでてからAの甘酢に漬け込む。キュウリは薄切りにして塩でもむ。
- ③ うなぎは短冊に切ったたれをからめて電子レンジなどで温める。
- ④ Bの合わせ酢はよく混ぜあわせておく。ごはんが炊き上がったら熱いうちにBを混ぜて冷ます。
- ⑤ ④の酢飯に、水気を切ったキュウリ、薄切りにしたミョウガの甘酢漬けを混ぜる。うなぎ、錦糸玉子、大葉のせん切り、白ごまを上飾りつけて仕上げる。

Point! うなぎ以外に、あじやかますの干物でも。

病気に強い元気なうなぎを育てます

元気に育ったおいしいうなぎです。
どうぞお召し上がりください!!



グリーン・プログラム
鹿児島・大隅産うなぎ蒲焼カット

病気に強い元気なうなぎを育てるためには、うなぎが育つ環境づくりが一番大切です。

豊富な地下水を使うこと、餌の食べ残しはないか酸素は十分に行き渡っているか、水の温度は大丈夫か。毎日2回の水質検査は欠かせません。水のおいやりを直接確かめます。また、いけすから排出する水は、汚水処理施設を通し、浄化されてから河川に流します。

毎日、うなぎが元気に餌を食べているかを見守りますので、「このうなぎ、今日も一番乗りだな」とうなぎの顔が分かるようになるんですよ。元気のいいうなぎたちが競い合って餌をたいらげる「食べっぷりのよさ」がうれしいですね。

「ちょっと元気がないなあ」と感じたらすぐにいけすの状況を確認したり、餌の種類や柔らかさを変えて様子を見ます。子育てと同じですね。



▲白焼き後、ふんわりと蒸しあがったうなぎをタレにつけて焼く工程を4回繰り返します



▲元気に餌を食べるうなぎたち



山田水産(株)
取締役 養鰻事業部長
かとう なおたけ
加藤 尚武さん

グリーン・プログラム 静岡産うなぎ蒲焼

健康でおいしいうなぎを育てています

榛原郡吉田町と焼津市の生産者(9名)と提携して養殖し、地元の静岡うなぎ漁業協同組合で加工しています。製品の包材には生産者が分かるように生産者番号・生産者名を打刻しています。組合では独自に養殖池の水質分析を行い、水揚げ予定の1週間前にはサンプルうなぎの残留薬品や食味の検査を行っています。



生産者
大石 一郎さん

健康でおいしい
うなぎのために

養殖池は定期的にあく水を完全に出し乾燥させ、底の泥や砂利を天地替えます。これにより池の底に有用な微生物が住みつき良い水になります。また、うなぎが元気に育つために池の水温は30℃に保っています。寒い時期は重油代がかかりますが、健康でおいしいうなぎのために必要なことですね。



静岡うなぎ
漁業協同組合
中遠加工工場長
鶴野りつ子さん

おいしく召し上がって
ください!!

あつたかいごはんに温めたうなぎをのせたら、ふたをして蒸らしてください。このひと手間、ふつくら感が全然違いますよ!

静岡産うなぎ蒲焼の
カーボンフットプリント
(炭素の足跡)
表示を進めます。

CO-OP 静岡産うなぎ蒲焼の生産から流通、消費、廃棄(リサイクル)までのCO₂排出量を表示します。これにより生産者は今よりCO₂を減らす対策を検討でき、消費者は表示を見て商品を選ぶことができるようになります。こうして社会全体でCO₂を減らすことをめざします。



おうちCO-OP扱い
グリーン・プログラム
静岡産うなぎ蒲焼カット



店舗扱い
グリーン・プログラム
静岡産うなぎ長焼き