

# しまねを食べようキャンペーン vol.08

掲載内容はこちらでも確認できます <http://www.sanin-chuo.co.jp/shimane-shoku/>



## しまね まいもん☆recipe

公益社団法人 鳥根県栄養士会

### あすっこのカラフルベーコン巻き(2人分)

材料	あすっこ.....80g	サラダ油.....小さじ2
	パプリカ(赤・黄).....各1/4個	塩.....少々
	ベーコン.....4枚	こしょう.....少々
	えのき茸.....1/2袋	レモン.....お好みで

- 作り方
- ①あすっこは色よくさつとゆで、冷水に浸して冷まし水気をきっておく。
  - ②パプリカは縦に細長く切る。
  - ③えのき茸はほくほくしておく。
  - ④ベーコンを広げて、具材をのせてきつめに巻き、巻き終わりをつまようじで止める。
  - ⑤フライパンに油をひき、焼き色がつくまで焼く。
  - ⑥最後に塩、こしょうを振って味を整えて出来上がり。
- ※お好みでレモン、生野菜を添える。

栄養価 (1人当たり)	エネルギー: 145kcal	脂質: 8.1g
	たんぱく質: 16.6g	塩分: 0.8g

成長に応じてツバス、ワカメ、ハマチ、マルゴ、ブリと呼び名が異なるブリは、出世魚の代表格で、縁起の良い魚として食卓でもおなじみ。日本海に面した鳥根県は、このブリ類の漁獲量が全国でもトップ



「大社御縁鮪」のブランド化に取り組む大社一本釣青年協議会のメンバー。出雲市大社町岸北

## 自慢の一本「大社御縁鮪」

出世魚として人気の高い天然ブリが水揚げされる出雲市大社町で、若手漁業者たちが中心になって新鮮で脂の乗った高品質な地元のブリの良さをもっとアピールしたいとブランド化に取り組んでいる。縁結びの神をまつる出雲大社のお膝元で獲れることなどにちなんで「大社御縁鮪」と命名し、鮮度を保つための船上での活け処理技術の習得などに磨きをかけている。5人のメンバーは来年度の寒ブリシーズンからの出荷を目指し、規格や販路開拓、PR方法などについて協議を重ねている。

出雲 大社一本釣青年協議会

## 若手漁師がブランド化に挑戦

### 地域で認知度アップを

ブランド化事業を進めるため、元水産庁職員で漁業や食事に精通し、全国各地で活動を展開する株式会社エカツ水産代表の上田勝彦さん、出雲市出身に「コーディネーター」を依頼。上田さんを講師に高品質を保持するための魚の活けメソッド、最高の魚に見合った価格で売るためのノウハウ、漁業者としての心構えや、発信力、販売力の必要性などを座学する一方、昨年12月には実際に大社沖でブリ漁を行い、船上で魚にストレスを与えずに活けさせる作業手順、魚の肉質を保ち旨味を長持ちさせる保冷法などを教わり、処理法の異なる刺身を試食して味の違いも確かめた。



上田さん(右)から指導を受けるメンバー

### 得々プレゼント情報



「大社一本釣青年協議会」様よりご提供いただきました  
**「出雲ノ国 鶏鶏の旬干 3パック」を5名様にプレゼント!!**

【応募方法】氏名・年齢・住所・連絡先を明記の上、下記連絡先までハガキかFAXにてご応募ください。  
 〒690-8668 松江市殿町383 FAX.0852-32-3530  
 山陰中央新報社営業局「しまねと食」係

【プレゼントに関する問合せ】TEL.0852-32-3380

【応募締切】平成28年2月15日(月)まで(消印有効)

【当選発表について】当選者の発表は賞品の発送をもってかさせていただきます。  
 【個人情報について】おあずかりした個人情報は、賞品の発送以外には使用いたしません。個人情報保護のため、最終的な抽選につきましては山陰中央新報社が責任をもって行います。

### 来冬から高品質のブリを出荷

松江、大社などの近場で大社産のブリの素嗜らしさをしっかり認知させることが必要だ。目指すのは松江、出雲、広島、岡山辺りまで「地産近銷」ですと漁協も含めた生産者サイドの意識改革と仲買人や飲食店との連携を強調していた。

### 希少価値をアピール

これまでに決まった大社産ブリの新ブランド規格は、ブリ釣りによって漁獲したブリを船上で即殺、放血した後には神経を破壊し、適した温度で管理したものを11月～2月に獲れた寒ブリのみを6・6キロ以上の大ブリといた内容で、絶対的な品質の良さと希少価値をアピールして他産地との差別化を図っていくこととしている。今後協議を重ねる戦略を練るとともに、活けメソッドの向上を図り、来シーズンから新ブランド

### 市場評価高める狙い

ブリは全国的に獲れる魚種が上、四国・九州を中心に養殖も盛んに行われていて、せっかく大社地区で良好な天然ブリが獲られても他産地や養殖物に価格帯が左右され、期待するほどの値段が付かなかったり、天候に左右されて漁獲量が一定しないため市場評価を上げにくいといった課題もある。そこで大社町内の若手漁業者で組織した大社一本釣青年協議会(飯島誠会長、5人)が、良質なブリを適正な価格で評価してもらうことを目的に出雲市の「21世紀出雲水産業総合助成事業」の助成金を活用し、漁協や出雲市、鳥根県の協力の下、昨年春から大社産ブリのブランド化事業に着手した。

### 島根県の取り組み 参加者募集

#### 育メン育ジイのための食育講座・子育て講座

家庭での子育てにおいて、食に関しては母や祖母など、女性への期待が大きいです。育児支援の観点から、父や祖父等の男性の育児参加を推進し、食を含めた家庭での育児を支える人を増やすことが必要です。

食事の面から家庭での育児参加ができるよう、子育て世代の男性を対象に、子育てや料理に関する基礎知識講座を実施します。

お父さん、おじいさんが楽しく学べる育児と料理の基礎知識。

【日程・会場】  
 【大田】①平成28年2月14日(日) サンレディー大田  
 【松江】②平成28年2月28日(日) いきいきプラザ島根  
 【出雲】③平成28年3月6日(日) 浜道自然館

主催/島根県調理師会連合会  
 詳しくは、ホームページで各会場の案内チラシ(PDF)をご覧ください。 島根 育メン育ジイ 検索

お問い合わせ・申し込み先 島根県調理師会連合会 TEL.0852-23-7127  
 島根県健康推進課 TEL.0852-22-6131

山陰中央新報社「しまねを食べよう」キャンペーンに賛同しています

# 大社御縁鮪のどこがスゴイ?

## 神経メ作業の流れ

- ①即殺
- ②血抜き
- ③神経抜き
- ④予冷・保冷

釣あげた直後に、鮪が暴れて旨味の素となるエネルギー物質(ATP)を消費しないよう、脳を壊して動きを止める。

どの元の血管を切り、臭みのもととなる血をしっかり抜く。

ワイヤーで神経を破壊して、ATPの無駄な消費を抑える。

鮪の体温を適度に下げ、適した温度で保存することにより、鮪の旨味を最大限引き出す。

■神経メと旨味の関係

2つの旨味のピークを高める

第1段階の旨味  
 筋肉中のエネルギー物質(ATP)の分解による旨味(イノシン酸主体)

第2段階の旨味  
 細胞が酵素によって自己消化・分解することによる旨味(各種アミノ酸)

旨味

時間

死後硬直

— 神経メした場合  
 — 神経メしない場合

大社一本釣青年協議会