



[庄内浜文化伝道師®]直伝のレシピで

その時季に一番おいしい海の幸をもっとおいしく、手軽に!

庄内浜文化伝道師について 山形県では、地魚の美味しさや食文化を伝えられる方を「庄内浜文化伝道師」として認定しています。伝道師は「伝道師講座」と題して、保育園・小学校・地区公民館等での地魚料理教室の講師を務めています。

*平成22年11月「庄内浜文化伝道師協会」設立

*お問い合わせ/山形県庄内総合支庁産業経済部水産振興課 Tel.0234-24-6045

おちよぼろの人気者!

[クチボソ]



庄内浜では約20種ほどのカレイが水揚げされますが、その中で一番の人気者が、クチボソ。別名「ツユカレイ(梅雨蝶)」とも言われ6月中旬ころから夏が旬。本名は「マガレイ」。口元が小さいところから、庄内ではマガレイのことを「クチボソ」と呼び親しんでいます。

美味しい見分け方は…

腹側が少しべっ甲色で
ぷっくりしているもの

庄内浜のものは比較的小型で、肉厚なのが特徴。旨味が濃いので味付けはシンプルに。

低カロリー、高タンパクで

消化も良い優等生です。

下処理も簡単ですからぜひ、

ご家庭で手軽に食して

ほしい魚です。

「食の都 庄内」親善大使
庄内浜文化伝道師マイスター

アル・ケッチャーノ
オーナーシェフ

奥田政行

