

Irorino My Gift

MAY 2016 Second Box



金目鯛しゃぶしゃぶ



Irorino
SHIZUOKA

MAY 2016 Second Box

セット内容



1. 伊豆下田産 金目鯛（冷凍 1尾）

※ポン酢・だし用昆布付き

伊豆中

IZUCHU

イロリノ

Irorino

駿河湾と相模湾に囲まれた伊豆半島の伊東市で干物（ひもの）や海産珍味づくりなど幅広くおこなっている人気のお店・伊豆中では、「伊豆の味で皆様の心を届けるお手伝い」をテーマに、味にこだわり、塩までもが手作りです。熟練の職人の手で魚を一枚一枚丁寧に開き、さらに駿河湾の海洋深層水とその水から作った自家製の塩は、職人が手作業でじっくり、ゆっくりと一昼夜煮つめたこだわりの塩。徹底して手間ひまを惜しまないことこそ、選ばれる「味の秘訣」です。

下田のキンメを、新鮮なまま お取り寄せで食す 日本一の金目鯛をしゃぶしゃぶで

今回ご紹介する逸品は、「金目鯛しゃぶしゃぶ」。金目鯛というと、煮付、お刺身、干物などがメジャーですが、新鮮な金目鯛はしゃぶしゃぶにしてもおいしくいただけます。伊豆下田港で水揚げされた金目鯛のなかから上質なものを選び、しゃぶしゃぶ用にスライスしました。



金目鯛しゃぶしゃぶのこだわり

金目鯛の漁獲高日本一、伊豆下田産

自然に恵まれた下田港は、金目鯛の漁獲高日本一。下田のキンメは、脂ののり・味の良さが違います。

くせがなく旨味が凝縮された身は、定番の刺身や干物だけでなく、焼き物や蒸し物、鍋物など様々な調理法で、その土地を訪れる旅行者にも愛されています。

キンメを知り尽くした生産者が、 しゃぶしゃぶ用にスライス

伊豆中では、金目鯛に関しては煮魚、刺身、ひものまで、数多くの人気商品を販売しています。キンメを知り尽くしたプロがしゃぶしゃぶ用にベストな厚さにスライス。金目鯛の甘みや歯ごたえを堪能できるよう、少し厚めになっています。



しゃぶしゃぶに相性のよいポン酢、 昆布がついています

セット内に、しゃぶしゃぶ用のポン酢、だし用の昆布がついています。ポン酢にはだいたい果汁を使用し、まるやかでさっぱりとしています。昆布で取る「だし」は上品でやさしいので、素材の味、金目鯛を味わっていただくのにとっても合います。お好みの野菜と一緒に、しゃぶしゃぶをお楽しみください。



<おすすめの野菜>

水菜、大根スライス、ねぎ

お好みで、昆布+少量のかつお節でとった「だし」でも美味しくお召し上がりいただけます。昆布が苦手な方もお試しく下さい。

Irorino Storeで販売している「Furi Furi Odashi（ふりふりおだし）」の鰹を少し振り入れていただくと、手軽で簡単です。

まるまる一匹の金目鯛。頭、骨は だしやお味噌汁に

金目鯛の産地では、真鯛に代わる祝い魚として定番の金目鯛。祝い場では、「鯛のお頭付」とよく言いますが、金目鯛の頭は、美味しい出汁が出ますので、祝い場以外でも捨てることはありません。今回ご紹介する金目鯛は、しゃぶしゃぶスライスに加え、頭と骨もついて 있습니다。頭と骨を使って、是非粗汁として召し上がってください。一匹まるまる余すことなく金目鯛の美味しさを楽しめます。

おいしいお召し上がり方

解凍方法・しゃぶしゃぶでのお召し上がり方



1. 金目鯛の切り身を解凍します。冷蔵庫にうつし半日、または袋のまま流水で5分程度で解凍できます。
2. ねぎ、白菜、水菜等の野菜を切っておきます。
3. 適当な大きさの鍋に水と昆布を入れ、30分程度置いておきます。
4. 火をつけ、沸騰したら昆布を取り出します。
5. お好みの野菜と一緒にしゃぶしゃぶして、ポン酢や塩だれ当でお召し上がりください。

※小骨が残っている場合がございますので、お召し上がりの際にお気を付けください。

※金目鯛は冷凍保存してください。

※加熱調理をしたうえで召し上がりください。

アレンジレシピ「金しゃぶサラダ」

1. 解凍した金目鯛の切身を、しゃぶしゃぶしておきます。
2. レタスを一口大にちぎり、ミニトマトを半分に切り、水菜は食べやすい長さにカットしたら、それらの野菜をお皿に盛ります。
3. しゃぶしゃぶした金目鯛をお皿に盛った野菜の上のにせ、ほん酢やお好みのドレッシングでお召し上がりください。

※お好みで、茹でブロッコリーや大根スライス、レモンスライス等を加えると、食べ応えがある金しゃぶサラダになります。



おすすめレシピ「金目鯛の味噌汁」

1. 頭と骨を袋から取り出し水で洗って適当な大きさに切り、熱湯をさっとかける
2. 鍋に800cc～1リットルの水を張り、頭と骨を入れる
3. 火をつけてあくを取りながら10～15分煮る
4. みそを溶かしたら沸騰する前に火を止める
5. 刻みねぎを入れて出来上がり

しゃぶしゃぶ後のお楽しみレシピ「金目鯛ぞうすい」

しゃぶしゃぶをした後は、金目のダシがたっぷり出ていますので、雑炊を作るのがおすすめです。ごはんはざるで水洗いをしておくとさらっとした雑炊になります。

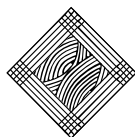
1. しゃぶしゃぶをした鍋にごはんを入れて煮立たせます。
2. 溶き卵をかけ、蓋をして火を止め、1分待ちます。
3. 仕上げに三つ葉か小口ねぎを散らし、塩と醤油で味を調べてできあがり。

Next Irorino My Gift

JUNE 2016 First Box



今回は、「餃子好きが作った浜松の餃子セット」です。
厳選素材を使いこだわって作られた浜松餃子を、付け合わせの
もやしピクルスとセットでお届けします。(6/11頃お届け予定)



Irorino
SHIZUOKA



Irorino Shizuokaは、静岡県のおいしい食材やマルシェ情報、話題のお店など、「静岡のいいもの」を地元民の目で探し、みなさんに紹介するWebメディアです。

<http://irorino.com/shizuoka/>

Irorino (イロリノ)

〒422-8005 静岡県静岡市駿河区池田117-1

TEL : 0120-852-831 FAX : 054-269-5512 Web : <http://irorino.com>