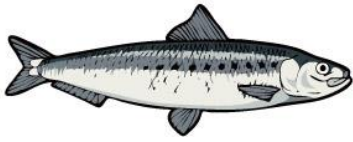


献立ひとくちメモ

9月28日(月)



イワシのお話です。

昔から多くとれる魚で、鮮度が落ちるのが早いため、奈良時代や平安時代では庶民の食べ物でした。漢字にすると、魚へんに弱いと書きます。イワシは主に3種あり、普段見かけるのが「マイワシ」です。「マ(真)」がつく魚は代表的なもの、一般的な種類のことを指します。) 体長は約30センチで6~7月になると脂がのっておいしいです。煮干しとして加工されることが多い「ウルメイワシ」は、体長約40センチと大きい魚です。「カタクチイワシ」はイワシの中で最も小さい魚で、体長10センチほど。カタクチイワシの稚魚は「シラス」で、シラスを乾燥させたものを「ちりめんじゃこ」と呼びます。