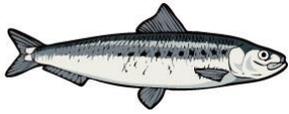


献立ひとくちメモ

1月20日(水)



イワシのお話です。

ちりめんじゃこはイワシの加工品の一つです。イワシには大きく分けて「マイワシ」「ウルメイワシ」「カタクチイワシ」の3種類に分類されます。ちりめんじゃこは、イワシの中でも小さい「カタクチイワシ」を加工した食べ物です。

一般的に私たちがイワシとして食べる背が青く腹が白い青魚を「マイワシ」といいます。沖縄県以外の日本各地の海にすんでいます。イワシの仲間の中では一番大きい「カタクチイワシ」は眼も大きく、脂が少ないため煮干しとして活用されています。「カタクチイワシ」は下あごが短いのが特徴で、ちりめんじゃこやアンチョビなどに加工されます。