



スペイン産 天然本まぐろ

冬の大西洋でエサをたっぷり食べて脂ののった天然本鮪が
春になると地中海へ戻って来ます。

その天然本鮪を'Almadraba'と呼ばれる

スペインで2千年以上続く伝統漁法である、定置網の中で
1本ずつ丁寧に取り揚げ、活〆にしました。

スペインから届いた芳醇な海の恵みを是非、お楽しみください。



ねぎま鍋

ズは…
蕎麦!

材料(4人分)

まぐろ(赤身)	2キウ(約240g)
長ねぎ	4本
三つ葉	1株
巻餅	1個
納豆餅	1丁
しいたけ	4個
だし汁	1200ml
しょう油	大さじ4
塩	大さじ2
味	少々
唐辛子みそ	適量
ゆづこしょう	適量

RECIPE

- まぐろはひとくち大、長ねぎは約30cm長さに切ります。[ア]ロケウ 焼き干し巻餅をこがしてお鍋に入れると美味しいので、フライパンやトースターで焦げ目をつけておく(2000)。
- 三つ葉、巻餅は5~6cm長さに切ります。しいたけは軸をとり、十字に切り包丁を入れ、豆腐は食べやすい大きさにカットします。
- 鍋にだし汁・しょう油・塩を入れて火にかけ、沸いたら(1)を入れ、湯の色が変わったら(2)を加えて火を止めます。
- 唐辛子みそ・ゆづこしょうを混ぜます ※お好みでDQ。だしの代わりにあんづきでも代用可能。



年末一本勝負!!

鮎 VS 蟹

2018年を締めくくるのはどっち!?



かにすき鍋

ズは…
雑炊!

RECIPE

材料(4人分)

かに(生かき足)	2/パック
白菜	1/8株
白ネギ	2本
春巻(冷凍)	1/2~1束
エノキ	1/パック
シイタケ	4個
豆腐	1丁
焼き餅(冷凍)	1/パック
揚げ餅	1/2束
＜乾菜おろし＞	
大根	3~4cm
冷凍芋	2本
ポン酢	適量

[乾菜おろしの作り方]大根は皮をむき、切り込みを入れて、輪と縦をどつた冷凍芋を切り込み直し込み、大根の縦線を断ち切る方向にむく。お湯で柔らかくしてよくおろし込みやすいです。

大根おろしに一味唐辛子を混ぜ合わせても似た味になります。

- かにをむき足切りし食べやすい大きさに切り分ける。
- 白菜はきれいに洗って、食べやすい大きさに切る。白菜は斜め切りにする。巻餅は1枚ずつはき、まねき洗って食べやすい長さに切る。上/片は鍋ごと焼いて取り出し、裏に入れた餃子ともろ蜜に塗って、焦げやすくなるように焼く。シイタケは石づきを切り落とし、よく絞った裏側を向で両側を試き、軸と並に切り分け、軸は縦を斜に切る。豆は斜め切りにする。ニンジンは薄く切り、斜め切りにする。豆腐はきつ切りにする。
- 水菜葉きりばすり上げ、流水で洗って水気を切る。乾燥菜きりの場合は、湯の温度通り柔らかくもどす。冷凍餅芋は小口切りにし、水につけてアクを抜き、水気をキュッと絞る。
- 鍋に湯を沸かしたお鍋に火をつけ、沸いたら最初に白菜を投入する。
- お湯に水を加え、だしが沸き立てばかにを投入し、揚げ餅・ポン酢と＜雑炊＞をいれた。
- 美味しいかニのだしが熱いので、お好み具材を入れる。
- 火の通った物がいたいただきます。

❄️ クリスマスってどうして ☆
☆ お祝いするの? ❄️

クリスマスはキリストが私たちの世界にきてくださったことをお祝いする日。つまりイエスはキリストの誕生を祝う日です。

クリスマスは厳密に言えば「イエス＝キリストが生まれた日」ではないようです。

実はキリストが生まれた日はハッキリとは分かっておらず、年1度、キリストが私たちの世界に来てくれたことをお祝いしようということになってクリスマスが出来たと言われています。「キリストの誕生日は12月25日だったのか?」これに関しては詳しいことは分かっていません。イエス＝キリストが生まれたとされる日は確証無い伝えられており、そのうちの1つが12月25日だったようです。

キリスト教ではキリストは愛の象徴。彼が書いた言葉はたくさんの人たちを救い、今でもクリスマスにはたくさんの方がイエス＝キリストのことをお祝いしています。

❄️ クリスマスの ☆
☆ 発祥の地って? ❄️

クリスマスの発祥の地はどこですか?フィンランドやトルヴェーなど北欧やグリーンランドを思い浮かべはほとんどではないでしょうか。

実は、現在のトルコ共和国の南部にある地中海に面した地域が発祥の地とも言われています。当時はローマ帝国キリキア属州パタラでした。

日本での発祥の地は山口県だと言われてます。日本に訪れた宣教師が節を飾りつけたのが始まりだそうです。

クリスマスツリーの発祥地は諸説ありますが、ドイツのワイマルという街で初めて巨大なモミの木を立てたという説が有力であると言われてます。



HOKUSHIN PRESS

12
2018
Dec.



忙しい師走に...
手軽に美味しい主役メニュー

魚の光る **おすすめ!**

クリスマス☆お魚レシピ

クリスマスお魚
サンタとトナカイが入ってる!!!

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

いつものお魚にひと工夫。
サンタは赤ウインナーで作製、トナカイはつねで作製。
お野菜も用意に用意したり、いつものお魚も大変!

♪お家ででも大変さめ

簡単☆お寿司でクリスマスツリー

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

お皿に大葉を4枚、四方になるように敷き
その上にお寿司を積み重ねるように組み立てていきます。
大変、おすし大変、お寿司になるように!!

リース風☆ちらし寿司

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

いつものちらし寿司をリース状にお皿に盛り付けます。
そこにお好みの具材を綺麗に並べて
リース風☆ちらし寿司完成!!!

★

魚のムニエルのおワイズソースです。
クリームシチュー、アツアツ、パエリア...
クリスマスにピッタリのお魚料理いっぱいありますよ。
普段のクリーム、お野菜を少しアレンジすればOK
クリスマス気分になります

