



テイクアウォーク TAKE A WALK



発行：新潟日報・新潟南地区会 編集・制作：アド・メディック

魚の目利き三カ条

- 一、全体にツヤ・ハリ・ピンとした硬直感がある。
- 二、目が黒く、澄んでいる。
- 三、エラが鮮やかな赤色である。

マダラ (タラ目・タラ科)

日本で捕れるタラの仲間では最大級。オスの精巣(白子)はこってりとしていてまた美味です。

オススメの食べ方

鍋物・昆布め



アンコウ (アンコウ目・アンコウ科)

一年を通じて水揚げされますが、旬は肝が肥大化する11~2月。身は脂質が少なくヘルシー。

オススメの食べ方

鍋物・空揚げ・煮ごり・共和え



寒ブリ (スズキ目・アジ科)

冬の雷「雪起こし」が鳴ると寒ブリの季節。大きいものの方が脂がのっておいしいです。

オススメの食べ方

刺身・しゃぶしゃぶ・照り焼き



カナガシラ (カサゴ目・ホウボウ科)

頭部が硬い骨板に覆われているため、この名が付けました。いいだしが出る魚です。

オススメの食べ方

みそ汁・鍋物・刺身 (新鮮な場合)



ニギス (ニギス目・ニギス科)

淡白な白身の魚。寒くなると脂がのってさらにおいしくなります。新鮮なものはお刺身で。

オススメの食べ方

煮付け・塩焼き・空揚げ
天ぷら・つみれ汁
刺身 (新鮮な場合)



込山さんmemo

現在、漁師さんの間では新鮮なニギスを食卓へ届ける努力をしています。新鮮なニギスを見かけたら、ぜひ刺身で食べてみてください。

寒くなるこれからの季節、新潟の魚が絶対おいしいですよ!

万代島鮮魚センター 込山彰さん

今が旬! 冬のお魚大辞典

寒さが厳しくなり、魚が一段とおいしくなる季節になりました。今月は、万代島鮮魚センターにおじゃまして、これから旬を迎える魚介類の紹介と目利きのポイント、オススメの食べ方などを聞いてきました。



ズワイガニ (十脚目・クモガニ科)

新潟では10月に解禁となったズワイガニ漁。年末に向けて、どんどんいいものが水揚げされてきます。

込山さんmemo

ズワイガニは、持ったときに見た目以上の重みがあるものを選ぶといいでしょう。

オススメの食べ方

鍋物・ゆでガニ・焼きガニ

南蛮エビ (エビ目・タラバエビ科)

正式名称はホッコクアカエビ。赤い色が鮮やかなもの・透明感のあるものを選びましょう。

オススメの食べ方

刺身・しんじょう・天ぷら・空揚げ・塩焼き



込山さんmemo

南蛮エビは型が小さくても味は変わりません。いっぱい食べたい人は、小さくて安い南蛮エビをオススメします。



ヤリイカ (ツツイカ目・ヤリイカ科)

イカの中でも、一番甘みが強いヤリイカ。新鮮なものはぜひお刺身でいただきます。

オススメの食べ方

刺身・煮付け (手持ちの場合)

込山さんmemo

新鮮なヤリイカは透明感があり、皮が輝いています。白っぽいものや赤黒いもの、身に締りがいいものは新鮮ではないので気を付けましょう。

カキ (ウグイスガイ目・イタボガキ科)

佐渡の加茂湖産カキは今が旬。おいしくて栄養価も高いカキ。いろいろな調理方法で食べてみてください。

オススメの食べ方

鍋物・フライ・焼きガキ

込山さんmemo

新鮮なカキはむき身が丸く、プリンとしています。また身の色が濃いものを選ぶようにしましょう。



年末年始 大そうじ応援企画

ご紹介割引の全国キャンペーン

ただ今、ご友人などお知り合いの方と一緒におそうじ本舗のハウスクリーニングをご注文いただくとお客様・ご紹介先どちらも

5~10%OFF 割引条件：2名様以上のご注文 2ヶ所以上からのご注文

詳しくはホームページまたは下記連絡先までお電話ください。

お見積り無料! 土・日・祝日OK!
おそうじ本舗
女池店 025-286-7849

レンジフード おそうじが一番面倒とされている換気扇もスッキリ!
プロの技術でレンジフードを完全分解! フィルターやファンのしつこい油汚れを除去します。
標準作業時間 約2時間 一式 **¥12,600~**

畳は信用です。

国産品! 見取り無料

最近、畳業界にもオトリ価格、過剰割引で売出し期日を限定し、お客様の関心を引きつけ、施工する段階、施工後に「お宅の畳は特殊畳だから割増料金を頂きます。」と高値で売りつける商法が多数発生し苦情が出ております。直ぐに毛羽立つ物、よじれる物等々。畳の品質は分かりにくいものです。使ってから初めて良さが分かります。より優れた商品をお客様に自信を持って納入しております。古いお客様が継続、新規のお客様が増え続けることで大きくなった当店をよろしく願っています。
二代目 店主 敬白
高価商品、粗悪品を売り付けられた方、今度は安心して当店の品物をお使い下さい。



- ふすまの貼り替え 1枚片面 ¥2,000以上
40種類よりお部屋に合った色・柄をお選び下さい!
- かべ紙の貼り替え 6畳の場合 ¥30,000以上
8畳の場合 ¥42,000以上
なんと300種類!!

ひと言	表替
極上品	備後表の極上品 15,750円
特上品	小嶋表・八代表・備後表有磨き畳による自信作 13,650円
1級	有磨き畳による一級品 固脚り・耐久性抜群! 12,600円
2級	人気で手頃で記割りでバランスのとれた畳です。 10,500円
3級	速つらつらこし/居間や客間にとぞ。 9,450円
4級	当然! 国産有磨き畳です。麗々あります。 8,400円
お買得品	国産有磨き畳です。 7,350円
普及品	たくさんあるお宅にはこれが一番!! 6,300円
5級	価格で競う520畳をおすすめ。別注! 5,250円
準仕品	きれいにしたい方に!! 4,200円
特価品	だんぜん安い!! 3,885円
特々品	とどろくお徳!! 3,150円

家具の移動も無料でお任せ!
株式会社 小池畳内外装 ☎(025)287-1234
■本社/新潟市東区南紫竹1-11-1 ■亀田工場/新潟市江南区亀田大月2-1-28 ☎(025)381-4001