

1月の給食献立より



- ・麦ごはん
- ・牛乳
- ・讃岐さーもんのたつた揚げ
- ・小松菜のあえ物
- ・あんもちぞう煮



讃岐さーもんは、志度湾などで海面養殖されたトラウトサーモン（海面養殖ニジマス）です。瀬戸内海の水温が低下する12月に25cm程度の稚魚を網いけすに入れ、約5カ月かけ育成。毎年4月下旬から5月下旬まで期間限定で出荷されます。冬から春にかけての瀬戸内海の水温はトラウトサーモンの生育に適しており、臭みが少なく適度に脂の乗った讃岐さーもんに育ちます。今までは高価な魚なので学校給食ではなかなか使用することができませんでした。今年は新型コロナウイルス感染症の影響で需要が減ったため、国の事業で学校給食に無償提供していただけることになりました。

讃岐さーもんは、シナモンやジンジャーなど4種類のハーブを配合した専用飼料で健康的に育てられています。また出荷から消費まで数日を要する輸入サーモンと異なり、水揚げ後すぐに活け締めして出荷するなど、短期間に、新鮮なまま消費者に届けるための工夫がされています。鮮やかな紅色の身は、プリプリとしていて魚臭さが少なく、さわやかな旨みのさっぱりとした味わいです。給食では火を通しますが、ご家庭では刺身、カルパッチョなど生食がおすすめです。

参考資料・写真：平成27年4月号 THE かがわ 及び うどん県 県産品紹介ポータルサイト LOVE さぬきさん より引用

讃岐さーもんのたつた揚げ(4人分)

「讃岐さーもん	4切れ
しょうが（すりおろす）	10g
しょうゆ	大さじ1
「酒	大さじ1強
「片栗粉	大さじ2
米粉	大さじ3
揚げ油	適量

讃岐さーもんのたつた揚げ(作り方)

- ① すりおろしたしょうが、しょうゆ、酒を合わせた調味液に讃岐さーもんを15分程度浸し、下味をつける。
- ② 片栗粉と米粉を混ぜ合わせて①の讃岐さーもんにまぶし、170℃の油でからりと揚げる。（讃岐さーもんじゃないときは、生鮭の切り身を使ってもおいしくできます。）

平成23年に坂出で養殖が始まり、翌24年に初水揚げ。平成26年から直島と引田でも出荷が始まり、生産も倍増。写真は直島の養殖いけすの様子です。



プリプリの身が
おいしそう！
色もきれい！

レシピ提供：高松市学校給食研究会