



ハピネス
クッキング

ふくいの恵みをいただく

天然にも劣らない高品質

敦賀のブランド養殖魚「敦賀真鯛」を知っていますか？ふりっとした弾力の身は脂が乗り、しっとりとした口あたり。臭みもなく、天然真鯛に劣らない高品質が自慢です。

おいしさの秘密は、敦賀湾を囲む山々から流れる雪解け水。ミネラルや微生物を豊富に含み、質の良い真鯛を育みます。



敦賀真鯛



敦賀真鯛
Tsuruga Magoi

おすすめレシピ

鯛のすましあんかけ

鯛のふりっとした食感が絶品！
野菜も添えた彩り鮮やかな一品です。



《材料4人分・調理時間約20分》

- 鯛 …………… 4切れ
- 水 …………… 500ml
- 和風顆粒だし …… 少々
- みりん …………… 少々
- 塩 …………… 少々
- 片栗粉 …………… 適量
- 大葉 …………… 4枚
- ★パプリカ(黄色)… 1/4カット
- ミニトマト …… 4個
- みょうが …… 1個
- しょうがすりおろし …… 少々
- 青ねぎ …… 少々

《作り方》

- ① 鯛を半分に切り、塩(分量外)をかける。
- ② 鍋に水を入れお湯を沸かし、300ml分を①にかけて余分な油を落として軽く水洗いする。
- ③ 残りの200mlが入った鍋に②の鯛を入れ、鍋に蓋をして弱火で火を通す。(1分30秒ほど)
- ④ 火が通ったら鯛を取り出して器に盛る。
- ⑤ ③に和風顆粒だし、みりん、塩を入れ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑥ ⑤に、5ミリ角に切った★としょうがすりおろし、青ねぎを入れて混ぜ合わせ、④にかけたら完成!

読者プレゼント 敦賀真鯛と地魚の 詰め合わせセット



- ・敦賀真鯛(フライ10個入り)
- ・甘えび(船内凍結500g)
- ・越前がれい(一汐仕立て3尾)
- ・ほたるいか(沖漬け2セット)

オンラインストア「荒海倶楽部」
(県漁業協同組合連合会) 提供

Q1 NEWSふくいをお読みになった感想を教えてください。

- (1) 内容について
- 1.大変良い 2.良い 3.普通
 - 4.あまり良くない 5.良くない
- (2) 良かった記事など(複数回答可)
- 1.表紙 2.特集①(芸術・文化)
 - 3.特集②(新型コロナウイルス感染防止対策)
 - 4.Next Stage 5.2040年のふくい
 - 6.ふくいインフォ 7.ハピネスクッキング

Q2 NEWSふくいで今後取り上げてほしい県政のテーマを教えてください。(自由記述)

Q3 NEWSふくいへのご意見をお願いします。(自由記述)

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で
5名様にプレゼントします。

応募締切 令和2年 10月24日(土)

応募方法 アンケートの回答と住所・氏名・年齢・性別・電話番号を必ず記入の上、郵便はがきまたは県のホームページでご応募ください。(お一人1通まで)

※賞品の発送をもって当選発表に代えさせていただきます。賞品は令和2年11月中に発送する予定です。

応募先 〒910-8580 (住所は記載不要)
県広報聴課 NEWSふくい
ホームページでの応募はこちらから



5
名様

フェイスブック「ほやほや福井(福井県広報聴課)」はこちらから
県政のトピックスなどをお知らせしています。



「NEWSふくい」を
スマートフォンにお届け
マチイロ

