








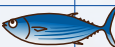



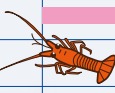
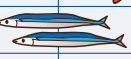
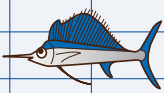


イチ押し!旬の魚 プロが選んだ市場ん魚

種類も豊富!新鮮で安心!市場に集まる魚をおいしい時期に食べよう!

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
メダイ (タルメ)	■											
平目	■		 身もエンガワもおいしい白身魚の代表格。									
マダラ	■											
ピンチョウマグロ(トンボ)	■											
シジミ	■		 日本の古き良き食卓を思い出させてくれる貝です。									
マイワシ	■		 節分の魔よけの役割も果たす、頼れる大衆魚。									
アオリイカ(ミズイカ)				■				 昔から鹿児島でよく食べられています。		■		
ブリ	■		 天然、養殖を使い分けて1年中おいしく食べられます。									■
なまこ	■											
メジナ (クロダイ)	■											■
トビウオ			■		 鹿児島はトビウオの産地。すり身も利用価値大です。							
マダイ			■			 1尾1尾味が違うからこそ奥の深い魚の代表格。						
ゴマサバ				■								
あさり		■										
ヒゲナガエビ(タカエビ)			 鹿児島で獲れる天然エビ。値段もお手頃の逸品です。	■								■
カンバチ			■		台風の時でも入荷のとぎれない扱い量一番の魚。 					■		
マアジ			■									
カツオ			■		 鹿児島のカツオは鮮度も漁獲量も安定しています。							
イサキ				■								
キビナゴ	鹿児島ならではの新鮮なキビナゴの刺身です。							■				
カマス								■				
マダコ				■								
キンメダイ							■					
マサバ				■						■		
アユ							■					
アオダイ (ホタ)								■				
太刀魚								■				
ケンサキイカ(赤イカ)								■				
イセエビ			鹿児島で昔から食べられてきた味噌煮も美味です。					■				
サンマ			おなじみの人気の魚。健康的にもおすすめです。					■				
ハガツオ								■				
ムツ										■		
バショウカジキ(秋太郎)			全国的にも珍しいバショウカジキを食べる鹿児島。					■				
シイラ								■				

() 内は鹿児島での呼び名



“いお・かごしま”魚食普及拡大推進協議会

www.io-kagoshima.net

鹿児島市城南町 37 番地 2 Tel.099-223-0310 Fax.099-223-9817