

# 初めての食材調理体験

食の都  
庄内

食の都庄内

キッズ新聞



皆さんは、「ハタハタ」という魚を知っていますか。ハタハタはスズキに属する魚の一種で、日本では、主に日本海側で食用されています。ハタハタを、私はハタハタを、焼き終わら

たら、マスタードをぬってパン粉をかけた230度のオーブンで焼きます。とてもいい香りがしてきました。これで「ハタハタのムニエル」の完成です。できたてのムニエルを食べたら身がフワフワしてとてもおいしかったです。骨をとるときは、ハタハタをやさしくフォークでおしてから骨をひく、ぽろぽろにとれます。シェフは包丁の持ち方、ハタハタのさばき方をとても丁寧に教えてくださいました。プロの料理人に料理を教わるという、とても貴重な経験ができました。ぜひみなさんも作ってみてはいかがでしょう。

庄内の海は宝の山



酒田海洋センター 積ば、1300万km<sup>2</sup>と山形県漁業協同組合では、庄内の海について学びました。日本海の面とれる魚は30

ランチタイム

お昼ご飯は、シェフが作ってくれたランチを食べました。旬の野菜を料理や、スープ、デ

あとがき

種類、特に多くとれるのは、するめいかです。とれる種類は多いがとれる量が少ないのが庄内の海の特徴です。とれた魚を冷凍する施設も見学しました。冷凍庫内の温度はなんとマイナス25℃とてもさむかいです。この冷凍技術のおかげで鮮度をたもつことができ全国にいい魚を届けることができると思いました。使った料理です。見た目もきれいで、目でも楽しめる料理でした。今度は家族で食べに行きたいなと思いました。

