

気仙沼水産漁港部だより

毎月第3水曜日は
みやぎ

水産の日

宮城の水産物を食べよう!

宮城の
水産物を
食べよう!



むすび丸

2026

5

今月のオススメ食材は「みやぎサーモン」です!

○みやぎサーモンの特徴

県産ギンザケには、伊達のぎん、銀乃すけ、金華ぎん、銀王など多くの地域ブランドがあり、各生産者グループがこだわりをもって生産していますが、今回は「みやぎサーモン」を紹介します。

「みやぎサーモン」は、水揚げ時に鮮度を維持するため活け締め処理をするなどの特定条件を満たして生産されており、ギンザケ本来の美味しさを最大限に閉じ込めた最高級ブランドです。

身は鮮やかなサーモンピンクで、非常に脂の乗りがよく、とろけるような食感とあまい食味が特徴です。また、冷凍せずに生食することができるため、刺身用として高く評価されています。

平成29年には、宮城県産の農林水産物・食品等では初めて国の地理的表示（GI※）に登録されました。



○近年の水揚げ時期など

宮城県は、日本のギンザケ養殖発祥の地です。現在では、全国のギンザケ生産量のうち8割以上を占めており、生産量日本一を誇っています。

水揚げ時期は3月から7月頃までで、これから最盛期を迎えますが、近年は地球温暖化の影響か海水温が上昇し生育不良や水揚げ期間が短くなるなど苦勞の多い状況にあります。南三陸町志津川では4月20日に今シーズンの水揚げが始まりました。

今の時期にしか味わえないみやぎサーモン（ギンザケ）の美味しさを、刺身や裏面のレシピなども参考にぜひご堪能ください。

※地理的表示（GI）

GIとは、長年その地域で生産され、品質等に特性があり、その名称から産地を特定できる農林水産物等の名称です。GI登録されると、地域ブランド品として差別化できるとともに、知的財産として国の保護の対象となります。



「みやぎ水産の日」とは

宮城県には、身近においしくて豊富な海の幸があるのを御存知ですか？

県では、もっともっと県民の皆さんに宮城のおいしい水産物を知って、食べてもらおうと毎月第3水曜日を「みやぎ水産の日」と制定しました。水産むすび丸と一緒に、宮城のおいしい水産物をPRしていきます。みんなで食べてけらいん!



みやぎサーモンのおすすりめ料理😊

銀鮭の昆布茶×

【材料】

- | | |
|----------------------|------|
| ① ギンザケ（生食用） | 150g |
| ② 昆布茶（顆粒） | 3g |
| （ギンザケ重量の2%） | |
| ③ 新玉ねぎ等、好みの薬味 | 適量 |
| ④ クリームチーズ | 適量 |
| ⑤ 好みの胡椒 | 適量 |
| ⑥ 大葉ソース | |
| A 大葉 20枚、アンチョビ 3g | |
| にんにく 3g、オリーブオイル 80cc | |
| 塩 1g | |



ギンザケを食べよう

是非、旬のみやぎサーモン（ギンザケ）で美味しい料理をお楽しみください。

レシピ提供：気仙沼リアス調理製菓専門学校
<https://koyo-gakuen.ac.jp/rias/>
食材提供：宮城県漁業協同組合志津川支所
<https://jf-miyagi.com/index.html>

- (1) 生食用ギンザケに昆布茶を均一にまぶし、ラップでくるみ3時間ほど冷蔵庫に入れておく。
- (2) Aの食材をミキサーで滑らかになるまで混ぜる。
- (3) 好みの薬味を下準備しておく。
- (4) 冷蔵庫から銀鮭を取り出し、表面の水分を拭きとり好みの薄さで切り、盛り付ける。
- (5) クリームチーズ、胡椒（写真はピンクペッパー粒）を盛り付け完成。
大葉ソースをかけて味変も楽しめます。



発行：宮城県気仙沼地方振興事務所 水産漁港部
<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/ks-tihouken-sg/>

