



新

七尾

体験記



「牡蠣^{かき}の殻剥き^む」



かき

七尾西湾は牡蠣の宝庫

牡蠣は、亜鉛やタウリンなどが豊富で、「海のミルク」とも呼ばれているほど栄養価の高い食品です。七尾西湾の牡蠣生産量は日本海側でも随一を誇ります。今が旬の“牡蠣”、いかがですか。

ご購入に関するお問い合わせは

七尾西湾漁業協同組合 ☎66-0311

ななか漁業協同組合 ☎53-5181

七尾では気温が下がるにつれ海の幸が美味しくなると聞いていたので、牡蠣貝の殻剥きを体験できると、私は大喜びでした。牡蠣は、世界中で約200種も知られている事にびっくり！日本でも、20種以上あるそうです。日本で食べられている牡蠣のほとんどが養殖マガキで、今回体験させていただいた木村功商店もマガキを養殖しています。七尾西湾の水はきれいで色々な栄養が含まれているおかげで、一年で立派な牡蠣が育つそうです（他の場所では、二年かかることもあるそうです）。食べるのは得意な私ですが、殻剥きは初めてだったので、ワクワク

クしながら教わりました。牡蠣の殻剥きは、身をきれいに、取らないと、商品にならないそうです。コツは、身と殻をつなぐ二つの貝柱を身に傷をつけずに切ることです。まず、殻の先に小さな穴を開け、その口からメスと呼ばれる道具を入れ、殻の内側に沿って左右に動かし一つ目の貝柱を切り離します。次に、殻を開き二つ目の貝柱を切り離すと身はスルッと取れます。木村さんは私たちが剥いた牡蠣をフライにしてください、さらに焼き牡蠣も用意してくれました。焼き牡蠣は殻ごと網で焼き、自然に開くの待ちます。中には殻が

爆発した貝もあったので、ちょっと怖かったです。味付けは何もつけないでも、牡蠣の独特な味だけで最高に美味しかったです。嬉しいことに、牡蠣は「海のミルク」と言われるほど、栄養がたっぷり含まれたヘルシー食品です。カルシウム、リン、鉄、銅などのミネラル、ビタミンA、B、Cが豊富に含まれているそうです。牡蠣をお腹いっぱい食べさせてもらって、本当に贅沢な体験でした。牡蠣の殻剥きと試食、両方とも楽しいことが分かりました。皆さんもぜひ3月13日中島万葉の里マラソンで、走った後の「焼き牡蠣」を楽しんでみてください。

ちょっと気軽にボランティア

ちよボラ情報掲示板

**七尾・鹿島地域
ボランティア交流会開催！**

七尾・鹿島在住でボランティア活動を行っている方を対象に交流会（講演会、ワークショップ他）を開催します。

（参加費 無料）

場所 七尾サンライフプラザ
中ホール

日時 2月19日（土）

受付12:30 開会13:00

☆講演会

テーマ 13:10～

「災害時に自分ができること」

講師 松川 奈穂美 氏

福井県足羽郡美山町社協職員

定員 100名（申込〆切2月10日）

お問い合わせ・お申し込みは

七尾市社会福祉協議会田鶴浜支所

ハートフルボランティア田鶴浜

☎68-6617 FAX68-3075

展示室内の監視ボランティア

活動日時 開館日

9:00～17:00

活動場所 石川県七尾美術館

お問い合わせ・お申し込みは

石川県七尾美術館（担当：田島・杉野）☎53-1500

※掲示板への掲載希望などは

市長公室秘書広報課まで

☎53-1110 FAX53-0837