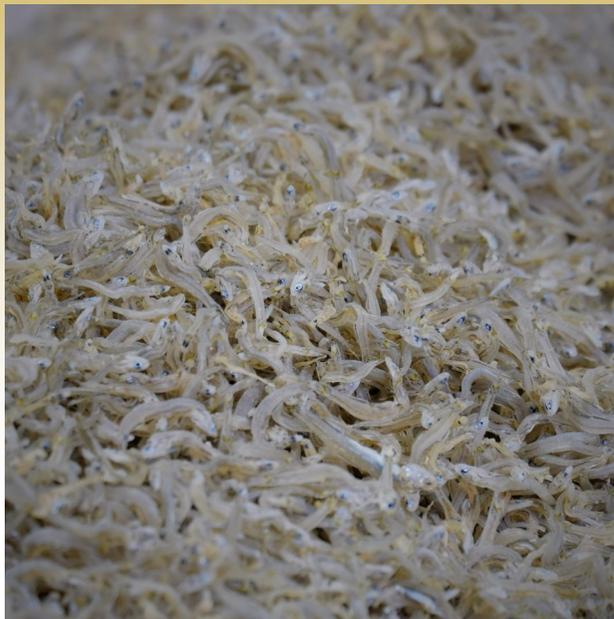


じゃこ



かちり（兵庫県産）



筆者がじゃこ聞いて真っ先に思い浮かぶのはちりめんじゃこ（しらす干し）。ごく小さな魚を平らに広げて干した様子が、細かなしわをもつ絹織物のちりめんを広げたように見えることが名前の由来だそうです。本日のちりめんは高知県産でした。



かえり（山口県産）

「かちり」と「かえり」の違いはご存知でしょうか。簡単に言うと「大きさ」の違いになります。

原料となるイワシ（主にカタクチイワシ）の成長の度合いによって呼び名が変わります。大きさや名前だけでなく、食感や味も変化しますので、自分の好みを探してみたいはかがでしょうか。

昨年の秋ごろから全国的に不漁が続き、かつてないほど相場が上がっていますが、カルシウム補給には栄養豊富な「かちり」や「かえり」がおすすめです、夏バテ防止のためにも是非ご賞味ください。



食感や味の違いを知るにはそのまま食べるのが一番ですが、サラダや和え物、炒め物など多彩に使えるのもじゃこの魅力です。

