



# 新子 (シンコ)

高知で「新子」と言えば、メジカ（マルソウダ）の子を思い浮かべる人が多いと思いますが、夏季に漁獲される新鮮な小型の魚はすべて「新子」と呼ぶそうです。

今回はメジカの新子とビンタ（キハダマグロの子）が紹介されました。メジカはゆで節で、ビンタはお刺身で調理されましたが、両方とも仏手柑（ぶしゅかん）の果汁をかけるのがおすすめです。



昨日、土佐市宇佐で水揚げされたビンタです。1本あたり約1kgの重さでした。特徴的なヒレを「ピン」と言うことからビンタと呼ばれるそうです。

昨日、土佐清水市で水揚げされたメジカの新子です。刺身で捌くとき、とても柔らかいので身がくずれそうになるとのこと。それだけ口の中ではトロトロ感の残る美味しい食材です。



ゆで節は少し冷まして、触れるようになったら、骨は手できれいに取れるそうです。



市場の人は、仏手柑が器にひたひたになるくらいたっぷりかけるそうです。

メジカはその見た目から「ろうそく」と呼ばれています。



今回は、揚田キャスターがビンタの皮むきに挑戦しました。

ゆで節の塩加減はお好みで、火が通る程度に茹でれば大丈夫とのこと。

ビンタをおろしたのも。鮮やかなピンク色がとても美味しそう。

