

鰻 (うなぎ)



本日は、食欲が減退してくるこれからの時期におすすめの鰻が紹介されました。

鰻にはビタミンやミネラルなどが豊富に含まれており、疲労回復や美容効果もあります。今年の土用の丑の日は7月23日と8月4日ですので、その日は奮発して鰻を買いたいですね。



ガスコンロの上に網を敷いて焼くと、数分で色が付き始め、しばらくすると煙と匂いが立ちのぼりました。鰻を焼いているあの匂いを嗅いでしまうと、食欲を掻き立てられてしまいます。



撮影で使われた鰻は土佐市産でした。

番組では、白焼きとかば焼きが紹介されましたが、鰻本来の味を楽しみたい方には白焼きがおススメだそうです。皆さんはどちらがお好みですか？



今回紹介した商品以外にも様々な品物があります。土曜日も営業していますので、一度足を運んでみてください。