

スサビノリ

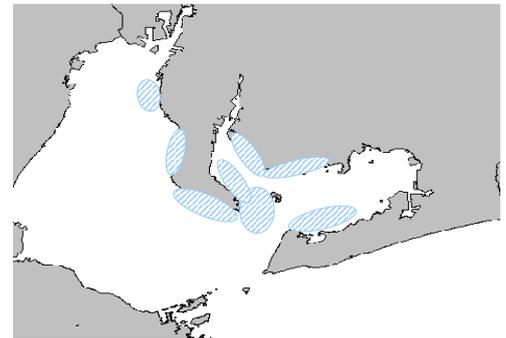
(クロノリ)

旬 冬



生産の状況

- 愛知県の生産量 (H22年)
457,285千枚・17,160t (全国第7位 シェア5.4%)
- 主な生産地
南知多町、常滑市、西尾市、美浜町、田原市
- 漁法 養殖
- 漁期 秋～春



〔主な漁場〕

料理して食べよう！

いつもと違う食べ方はいかが？

◆食パンのノリ・チーズトースト

材料 (4人分)：食パン4枚、とろけるチーズ4枚、ノリの佃煮適量 (焼きノリ10枚、水150cc、酒大さじ1、砂糖大さじ3、しょうゆ大さじ2)

- ①ノリの佃煮を作る。(焼き海苔を細かくちぎり、水にしばらく浸し、酒、砂糖、しょうゆを加えて混ぜ、電子レンジ500Wで3分ほど加熱する。)
- ②食パンに①を塗り、とろけるチーズをのせて、オーブントースターで焼く。

◆生ノリの酢の物

材料：生ノリ適量、酢大さじ1、砂糖大さじ1、しょうゆ大さじ1、酒小さじ1

- ①生ノリは、水洗いし、水気を良くしぼり、食べやすい大きさに切る。
- ②酢、砂糖、しょうゆ、酒を合わせ、①と和える。

◆ノリの佃煮

材料：焼きのり適量、水1カップ、さしみたまり1カップ、酒1カップ、砂糖1カップ、みりん1/2カップ

- ①焼きのりを小さくちぎる。
- ②水、さしみたまり、酒、砂糖を混ぜ合わせ、①を入れて、焦げないように弱火でノリが柔らかくなるまで煮る。仕上げにみりんを加える。
- ③干しシイタケを水に戻し、こま切れにしたものを加えて煮てもよい。