

マグロ選びに自信あり！

私の目で厳選した
新鮮“さときと”的
マグロを心ゆくまで
ご賞味ください。

仕入れ担当
中谷 敏彦

マグロの種類

マグロはさば科に属する大型魚で、種類は多くあります。肉質は美味しく、世界的に寿司ブームの主役にもなっています。



【本マグロ】日本近海、大西洋、地中海でとれる。昔から「しひ」、「クロマグロ」とも呼ばれ親しまれた。明治になってからは特に有名になった。肉質は大変に美味。



【南マグロ】「インドマグロ」とも呼ばれる。インド洋、オーストラリア、ニュージーランド沖合いの低水温海域で取れる。肉質は極め細やかで美味。



【メバチマグロ】目玉が大きくパッチリとしていることから「メバチマグロ」と呼ばれている。生産量も安定している魚種で、南北のペルー沖のメバチマグロは美味で有名。



【キハダマグロ】体色が黄色いことからこの名前がつく。漁場はメバチまぐろと同じ海域でとれる。生産量も安定している。味は“あつさり”としていて、ヘルシー。



【ピンチョウマグロ】長い胸ビレと尾ビレの白い縁取りが特徴的。胸ビレの長い体型から「トンボ」、「ピンチョウ」と呼ばれ、太平洋でとれる。脂のノリは最高。

マグロの効用

- ◆高血圧の予防 ◆動脈硬化の予防
- ◆心筋梗塞の予防 ◆脳卒中の予防
- ◆老眼の防止 ◆更年期障害の予防
- ◆老人性痴呆症の予防

魚の脂肪で
コレステロールを低下

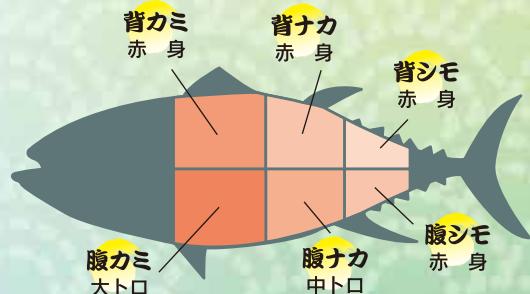
魚にはコレステロールを低下させる不飽和脂肪酸がたくさん含まれており、血栓を防ぐ働きをもっています。

新鮮マグロが届くまで



マグロの豆知識

マグロの各部位の呼び方



右から
大トロ(本マグロ)・
中トロ・赤身

トロの穴付け人

元来、トロは脂肪ぎらいの多い日本人には好まれなく、昭和初期頃まではアラあつかいされていました。ところが勉学のため上京してきた学生たちが、この安価なトロを学生時代に喜んで食べたのです。卒業して地方に帰った彼らは、その味が忘れられず食べ続け、食用として広まっていったのです。