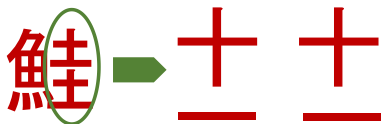


No. 37 11月11日は鮭の日～マヨネーズで鮭をおいしく食べよう～

1- なぜ11月11日？

「鮭」という漢字のつくりの「圭」を分解すると「十一十一」になることを由来としています。アミノ酸やコラーゲン、ビタミン類などを含み、栄養満点の鮭をPRすることを目的に制定されました。地域によっては、給食の献立に鮭が取り入れられるなど、食育にも活用されています。



2- 国内の魚消費量 No.1 は「鮭」※1

魚料理の好意度の調査で9割以上の方が「魚は好き」と答えた※2のに対し、食卓に上がる頻度は年々減少、家庭で魚を食べる回数は週に1回程度。肉に比べて頻度が低いのが現状です※3。人気No.1の鮭は、「手軽な調理でおいしく仕上がる」「回転寿司で定着しているサーモンなどで、子ども慣れ親しんでいる」「天然・養殖・輸入のルートがあり、一年中手に入りやすい」といった魅力がいっぱい。

※1 水産庁「令和2年度水産白書」より

https://www.jfa.maff.go.jp/j/kikaku/wpaper/r02_h/trend/1/t1_1_2.html

※2 「2019年度水産物消費嗜好動向調査」

一般社団法人 大日本水産会

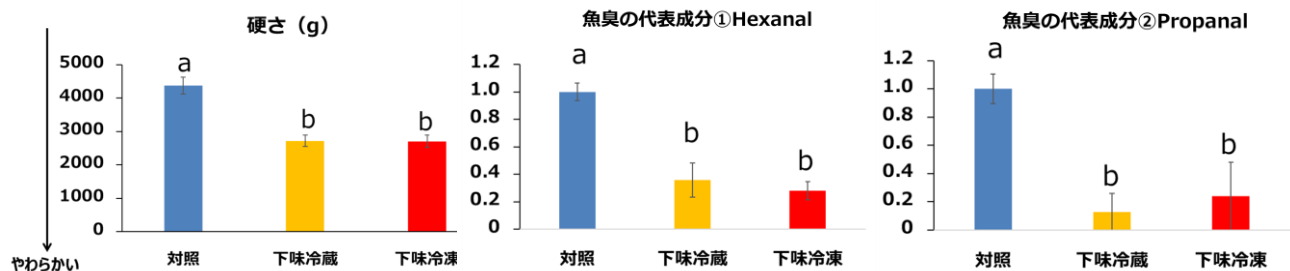
魚食普及推進センター

※3 食MAP®よりキューピーが算出



3 「キューピー マヨネーズ」で下味冷凍するとやわらかく、おいしくなり、臭みも低減

2022年9月2日(金)～3日(土)に開催された日本調理科学会2022年度大会で、キューピー 研究開発本部が「鶏ムネ肉及び鮭のおいしさに及ぼすマヨネーズの下味冷凍の影響」についてポスター発表を行いました。対照※4と下味冷蔵※5、キューピーマヨネーズで下味冷凍（鮭にマヨネーズを加えてもみ込み、一定期間冷凍）の鮭をそれぞれ家庭用オーブンで焼成し、比較しました。「やわらかさ」「おいしさ」「魚の臭み」の3項目の官能試験と「やわらかさ」「魚の臭み」の2項目の機器測定を行い、全ての項目で対照よりも下味冷凍および下味冷蔵で優位な結果（鶏ムネ肉も同様）を得ました。



※4 対照：下味せずに冷凍、解凍し、塩（下味冷凍に使用したマヨネーズと同等の量）を加えた鮭

※5 下味冷蔵：マヨネーズを加えてもみ込み、一定期間冷蔵した鮭

試験は、官能評価は採点法、硬さはテクスチャーアナライザーを用いた食感分析、魚の臭みはSPME-GC/MSを用いた香気分析にて実施

4 人気レシピ「鮭のみそマヨちゃんちゃん焼き」

キューピー公式サイト内のとっておきレシピで人気第4位の秋鮭のみそマヨちゃんちゃん焼き。秋から冬にかけて取れる鮭と旬の野菜を蒸し焼きにしてみそで味付けした北海道の郷土料理のちゃんちゃん焼きに、マヨネーズを使ってコクがアップするアレンジレシピです。フレッシュストック® 鮭の醤油マヨソースを使えばもっと手軽に鮭のちゃんちゃん焼き風ができます。写真：上④：フライパンで！秋鮭のみそマヨちゃんちゃん焼き 上⑤：ホット

プレートで！鮭のみそマヨちゃんちゃん焼き 下：鮭のちゃんちゃん焼き風 醤油マヨソース

