



やさいと魚を食べよう！『旬のやさかなレシピ』推進プロジェクト始動

フレッシュストック®「鮭の蒸し焼きソース」を使った

旬の“やさい”と“さかな”の組み合わせ

『旬のやさかなレシピ』を料理家・和田明日香さんが考案

国内の魚購入量 No.1※1の「鮭」は“夏”も実は味が抜群！

キューピー株式会社

／ やさいと魚を食べよう！ ／

旬のやさかな

推進プロジェクト



キューピー株式会社（本社：東京都渋谷区、代表取締役 社長執行役員：高宮 満、以下キューピー）は、生鮮売場専用商品ブランド『フレッシュストック®』の「鮭の蒸し焼きソース※2」の販売※3を通して、『旬のやさかなレシピ』推進プロジェクトを始動します。

本プロジェクトは、料理家の和田明日香さんや魚・野菜の専門家と一緒に『旬のやさかなレシピ』を提案することで魚と野菜の消費拡大を推進することを目指しています。

※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

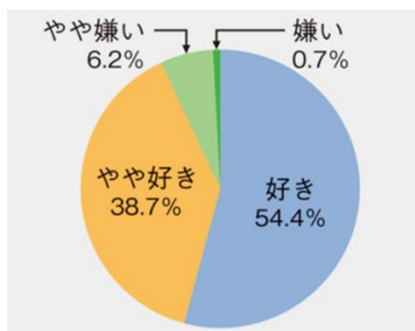
※2 キューピーアソシエーツ 2022 No.32 参照

※3 販売は、グループ会社の株式会社ケイバック（本社：茨城県猿島郡五霞町、代表取締役社長：萩 芳彰）が担い、スーパーの鮮魚売り場などで展開します。

魚料理は好きでも、食卓に上る回数が減少

キューピーが『旬のやさかなレシピ』推進プロジェクトを始動する背景には、日本における魚の生産量や購入量の減少があります。魚料理への好意度は高い一方（以下、左グラフ）、内食における1週間あたりの食材使用回数の調査によると、肉は週に4~5回使用されているのに対し、魚は週に1回しか食卓に上っていないという現実がうかがえます（以下、右グラフ参照）。

魚料理の好意度



資料1-7 魚料理の好意度
出典 大日本水産会
「2019年度水産物消費嗜好動向調査」

1週間あたりの食材使用回数(内食)



出典：食MAPよりキューピーが算出

そこで、日本の食卓に“おいしい野菜の食べ方”を提案し続けてきたキューピーは、家庭内での購入量が多い鮭の切り身に着目して開発した「鮭の蒸し焼きソース」の販売を通して、料理家、魚・野菜の専門家などを巻き込み、『旬のやさかなレシピ』を提案し、食卓に魚料理が上る機会の増大を目指します。

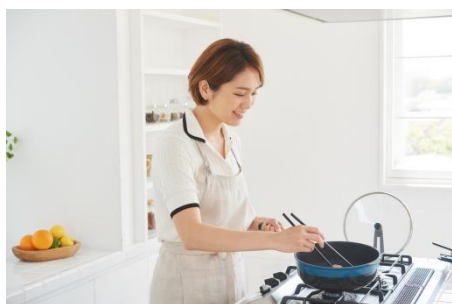
和田明日香さん考案『夏野菜×夏鮭』レシピ公開

『旬のやさかなレシピ』推進プロジェクトの始動を機に、本プロジェクトに賛同いただいた、料理家の和田明日香さんに、『夏野菜×夏鮭』を使ったレシピを考案いただきました。「鮭の蒸し焼きソース」4品それぞれの味わいを生かした、簡単で彩りが良く、子どもも喜ぶレシピを、本プロジェクト特設サイト内で5月中旬から順次公開していきます。スーパーなどの店頭では、鮮魚売場における販促物で、和田明日香さん考案のレシピを紹介し、魚料理への興味喚起を図ります。

今後、和田明日香さんのレシピのほか、『旬のやさかなレシピ』を特設サイトやフレッシュストック®公式 Instagram※4で継続的に公開していきます。



鮭のトマトソース とろとろなすとモッツアレラ入り



『旬のやさかなレシピ』推進プロジェクト特設サイト
4月21日(木)から公開予定

<https://www.kewpie.co.jp/freshstock/fish/suishin/>

フレッシュストック®公式 Instagram

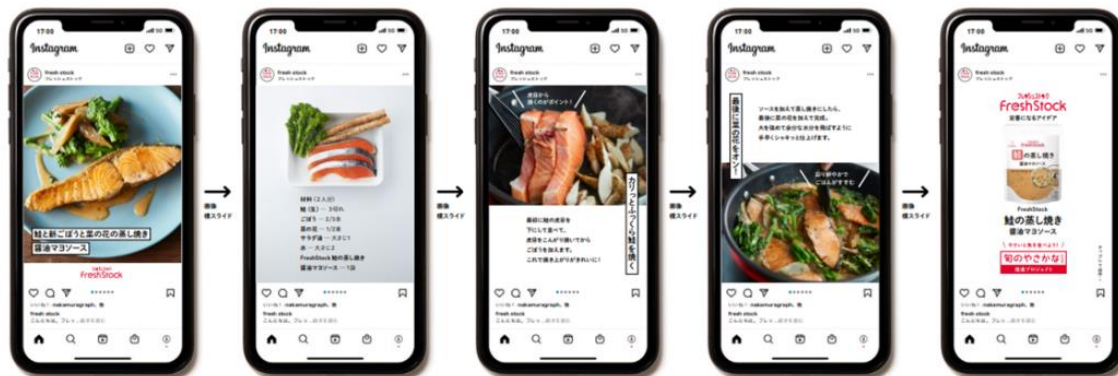
https://www.instagram.com/freshstock_official/

4月28日(木)から旬レシピを投稿。以降、毎週1回投稿予定

※4 フレッシュストック®「肉おかずソース」のレシピも公開します。



フレッシュストック®公式
Instagram



Instagram 投稿イメージ

【『旬のやさかなレシピ』推進プロジェクト メンバーの取り組み概要】

料理家 和田明日香

「調理した人自身がおいしく食べる姿が食育に」

魚を食べてほしいという漁業を支える方々の思いはあって、店頭にはおいしいお魚がたくさん並んでいるにもかかわらず消費が減っていることは、料理家として私にも何かできないかと思っていました。しかも「やさいと魚を食べよう！」という組み合わせ。これはすばらしい！とすぐに賛同しました。お魚とお野菜を組み合わせれば、それだけで栄養もボリュームも満足なおかずになるので調理全体を考えるとすごく楽になります。そして、いっしょに食べる大人がおいしく食べている姿を見せることも食育には大事なので、大人にも子どもにも好きになってもらえる4つのレシピを考えました。



和田明日香（わだ あすか）。1987年4月17日生まれ。東京都出身。3児の母。
料理愛好家・平野レミの次男と結婚後、修業を重ね、食育インストラクターの資格を取得。
各メディアでのオリジナルレシピ紹介、企業へのレシピ提供など、料理家としての活動のほか、各地での講演会、コラム執筆、CM出演など、幅広く活動する。
2018年、ベストマザー賞を受賞。著書に『ほったらかしレシピ』、『子どもは相棒 悩まない子育て』、『10年かかって地味ごはん。』など。

株式会社山治

「魚のおいしさ、春夏秋冬の旬を伝えたい」

当社は、生鮮魚介類及び活魚・冷凍魚の仲卸業を行っています。このプロジェクトの「新しい食べ方の提案で魚食を増やす取り組み」を推進している点に共感して参加いたしました。ご家庭で食卓に出したい魚と野菜を、いっぺんに調理できる。そんな“やさかな”レシピで、魚の調理に苦手意識がある方々も気軽に取り入れてもらいたいと思っています。魚のプロとして、もっともっと魚食が増えるように、魚のおいしさはもちろん、春夏秋冬の旬についてもお伝えしていきたいと思っています。



株式会社山治 山崎 康弘氏

〈会社概要〉

- ・ 代表者 : 代表取締役 山崎 康弘
- ・ 所在地 : 東京都江東区豊洲 6-5-1 東京都中央豊洲卸売市場内 6 街区水産仲卸売場棟
- ・ URL : <https://www.uogashi-yamaharu.com/>
- ・ 事業内容 : 生鮮魚介類及び活魚・冷凍魚の仕入販売業務



株式会社大治

「旬の魚と有機農産物のキットを提案したい」

当社は、青果物の仲卸業を行っていますが、消費や就業人口の点で魚と共通する課題が多いと感じています。素材としての提案だけでなく、具体的にレシピを提供することで、消費者により明確なイメージを持っていただけたらと思いますし、それをキット化して小売店で販売できると面白いと思います。調理の最初のひと手間をキット化することでサポートする。それが消費の拡大に寄与するのではと考えています。日本の誇る水産業と農業を活性化させるために、本プロジェクトに全面的に協力したいと思います。



株式会社大治 本多 諭氏

〈会社概要〉

- ・ 代表者 : 代表取締役社長 本多 諭
- ・ 所在地 : 東京都大田区東海 3-2-6
東京都中央卸売市場 大田市場内
- ・ URL : <https://www.daiharu.co.jp/kigyoo/>
- ・ 事業内容 : 東京都中央卸売市場・大田市場 青果物専門の仲卸



金沢まいもん寿司(株式会社エムアンドケイ)

「夏鮭や旬な魚介と加賀野菜を組み合わせた『やさかなレシピ』を企画」

金沢まいもん寿司対象店にて、「鮭の蒸し焼き 醤油マヨソース」を使った創作寿司や逸品を期間・数量限定で販売します。金沢の魅力存分に味わっていただける自信作です。

店舗：金沢まいもん寿司対象店

提供期間：5月16日(月)～6月30日(木)

〈会社概要〉

- ・ 代表者 : 代表取締役 木下 孝治
- ・ 所在地 : 石川県金沢市八日市 3-604
- ・ URL : <https://www.maimon-sushi.com/>
- ・ 事業内容 : 飲食店（寿司店、廻転寿司店等）の経営



鮭のトマトソース とろとろなすとモッツァレラ入り

彩り鮮やかで目に楽しく、ボリューム満点の魚おかず。パスタの具にもなります。

【材料（2人分）】

鮭（生）・・・2切れ（200g）

塩・・・少々

小麦粉・・・大さじ1

なす・・・2本

バジル・・・適量

オリーブオイル・・・小さじ1+大さじ2

フレッシュストック® 鮭の蒸し焼き トマトのソース 1袋

モッツァレラチーズ・・・90g



【作り方】

- ① なすは乱切りにしてボウルに入れ、オリーブオイル小さじ1 をからめて耐熱皿に並べる。ラップをかけて、電子レンジ（600W）で3分加熱する。
- ② 鮭はひと口大に切る（骨が出てきたら抜く）。塩少々をまぶし、3～4分ほどおく。水気をキッチンペーパーでふき取ってから小麦粉をまぶす。
- ③ フライパンにオリーブオイルを大さじ2 ひいて中火で熱し、②の鮭の皮目を下にして並べ、カリッと焼く。
- ④ キッチンペーパーで余分な油をふき取る。①のなすの水気をきって加え、トマトのソースも加えてふたをして、弱火で2～3分蒸し焼きにする。
- ⑤ モッツァレラチーズを加えてひと混ぜしたら、火を止めて余熱で少し溶かす。器に盛りつけ、ちぎったバジルを散らす。