

とっとり
の
さかな

ア
イ
ワ
エ

Japanese
Sardine

主に境漁港で大中型まき網漁業、中型まき網漁業が水揚げしています。
EPA、DHAなどの栄養素を豊富に含んでいます。
刺身や煮つけ、すり身団子など調理方法が多彩で、
最もレシピの多い魚種の一つです。

鳥取の地魚のレシピ動画はコチラ

