

# マ イ ワ エ

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二つです。



Japanese  
Sardine

鳥取の地魚のレシピ  
動画はコチラ



とっとりのおさかな

鳥取県農林水産部水産振興局水産振興課  
〒680-8570 鳥取県鳥取市東町一丁目220番地 ☎0857-26-7309

# マ イ ワ エ

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二つです。



Japanese  
Sardine

鳥取の地魚のレシピ  
動画はコチラ



とっとりのおさかな

鳥取県農林水産部水産振興局水産振興課  
〒680-8570 鳥取県鳥取市東町一丁目220番地 ☎0857-26-7309