

4月行事カレンダー

日	曜日	一般行事	青森	市場	日	曜日	一般行事	青森	市場
1	金	エイプリルフール トレーニングの日 児童福祉法施行記念日			16	土	チャップリンデー エスプレッソの日 女子マラソンの日		
2	土	国際こどもの本の日 週刊誌の日 CO2削減の日			17	日	春土用入り イースター 職安記念日 もずくの日 なすび記念日 五平もち記念日 恐竜の日		市場休
3	日	いんげん豆の日 マルコのほたるいかの日 シーサーの日 清水寺・みずの日 シミ対策の日 葉酸の日 趣味の日		市場休	18	月	土用丑の日の丑 お香の日 発明の日 よいお肌の日 よい歯の日 毛穴の日		
4	月	ピアノ調律の日 トランスジェンダーの日 交通反戦デー 幸せの日 どら焼きの日 米粉の日 c.c.レモンの日 猪肉の日 フォーの日 脂肪0%ヨーグルトの日 ヨーヨーの日 あんぱんの日			19	火	地図の日 養育費の日 みんなの保育の日 自転車の日 良いきゅうりの日 食育の日 飼育の日		
5	火	清明 ヘアカットの日 デビューの日 新子焼きの日			20	水	穀雨 郵政記念日 女子大の日 ジャムの日 四川料理の日 青年海外協力隊の日 コーヒー牛乳の日 腰痛ゼロの日		市場休
6	水	城の日 新聞をヨム日 春巻きの日 コンビニの日 卓球の日 開発と平和のためのスポーツの国際デー マシュマロの日		市場休	21	木	民放の日 川根茶の日 オーベルジュの日	各地で	
7	木	鉄腕アトムの日 世界保健デー プリン体と戦う記念日 おなかと腸活の日 夜泣き改善の日			22	金	アースデー 良い夫婦の日 清掃デー 道の駅の日 肩コリを労わる日	●弘前さくらまつり (弘前市～5月5日迄) ・平川さくらまつり(5月5日迄) ・桜流鏝馬(十和田市～24日迄)	市場休
8	金	タイヤの日 花祭り 忠犬ハチ公の日 おからの日 貝の日 高級食パン文化の日 炭酸水の日 ホヤの日 ベビーリーフの日			23	土	地ビールの日 つつじの日 子ども読書の日 消防車の日 明治おいしい牛乳の日 シジミの日		
9	土	大仏の日 食と野菜ソムリエの日 鍼灸の日 左官の日			24	日	植物学の日 日本ダービー記念日		
10	日	駅弁の日 お弁当始めの日 インテリを考える日 よいトマトの日 ヨード卵の日 社長の日 酒盗の日 ほうとうの日 ヨットの日 辛ラーメンの日 酔い止めの日 フォトの日 教科書の日		市場休	25	月	世界ペンギンの日 市町村制公布記念日 国連記念日 DNAの日 ファーストベイベー/初任給の日 カラーメンの日 しあわせニコリ食で健康長寿の日 歩道橋の日	・さんのへ春まつり ・はちのへ公園春まつり ・十和田市春まつり (～5月5日迄) ・ラッパイ 山野草 (十和田鯉ヶ郷：～5月15日迄) ・津軽金山焼春の陶器祭り (五所川原市～5月8日迄)	
11	月	メートル法公布記念日 しっかりいい朝食の日 ガッツポーズの日			26	火	よい風呂の日 海上自衛隊の日		
12	火	パンの記念日 世界宇宙飛行の日 タイルの日			27	水	哲学の日 世界生命の日 絆の日 駅伝誕生の日		
13	水	十三参り 喫茶店の日 浄水器の日 水産デー		市場休	28	木	象の日 労働安全衛生世界デー 庭の日 シニアズデー		
14	木	オレンジデー フレンドリーデー 柔道整備の日 ロスゼロの日			29	金	昭和の日 ナポリタンの日 量の日 タオルの日 羊肉の日		市場休
15	金	ヘリコプターの日 からあげクン誕生日 よい酵母の日 いちご大福の日 遺言の日 良いコラーゲンの日			30	土	土用丑の日の丑 図書館記念日 しみゼロの日		

※イベントは新型コロナウイルスの影響により中止・延期になる場合もあります。

4 月販促

《4 月キーワード》

さくら祭り・花見
新入学・新生活スタート

お弁当・おにぎり商材

4/8(金)貝の日・ホヤの日

4/13(水)水産デー

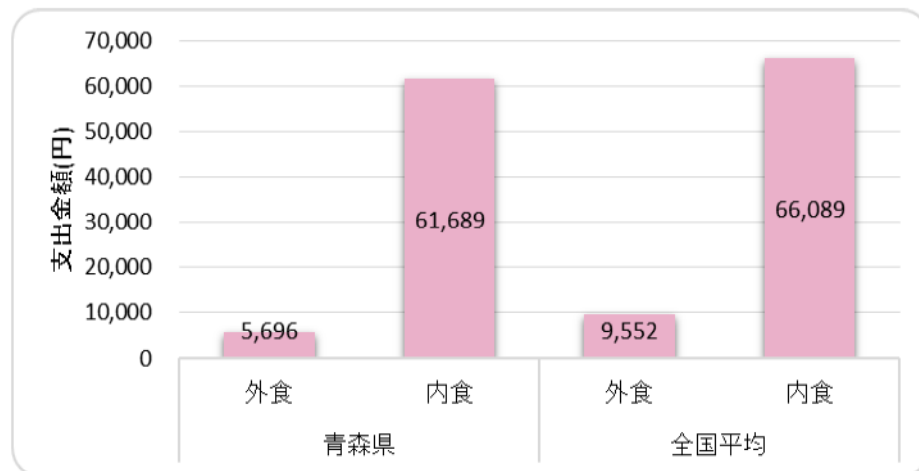
4/18(月)もずくの日

4/23(土)しじみの日

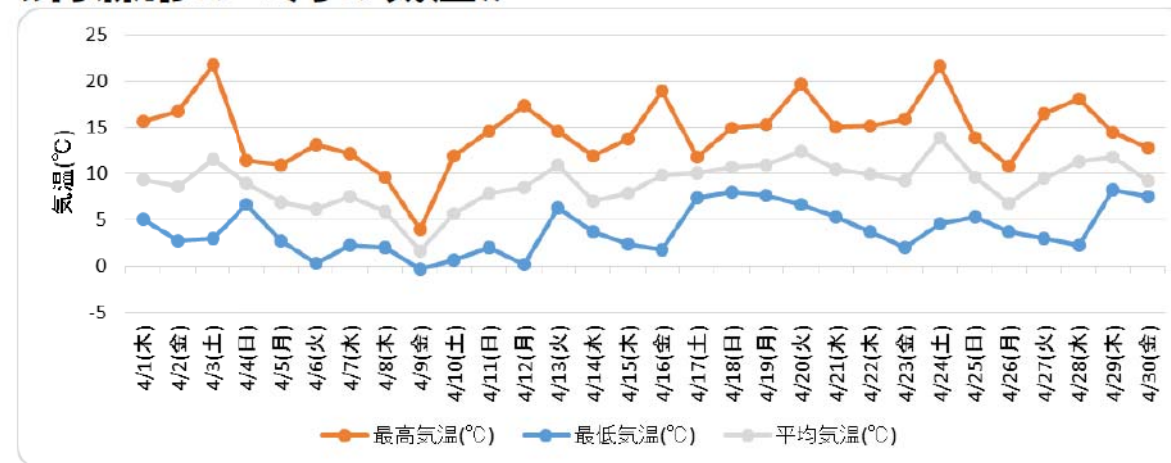
生食・お刺身商材需要拡大

山菜シーズン到来

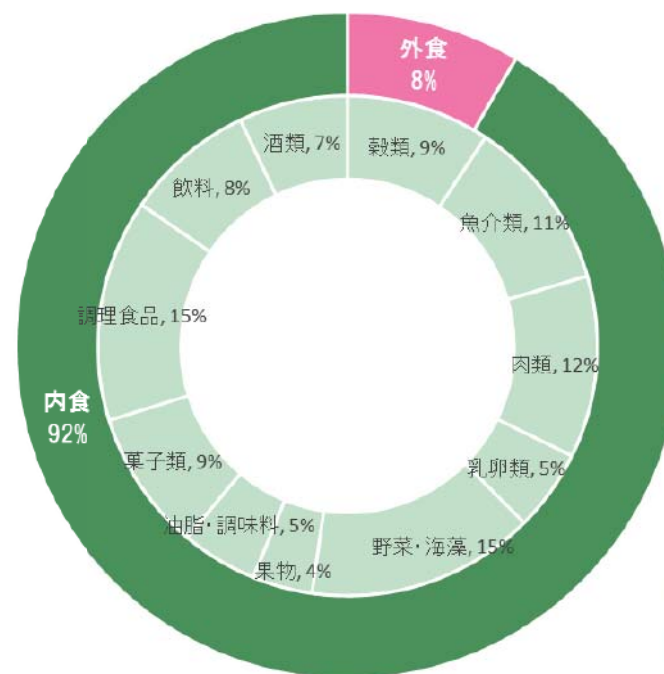
《内食費と外食費の比較(2人以上の世帯)》



《青森市の4月の気温》



《青森市の食料費部門別構成比(2人以上の世帯)》



青森市の食料費は
全国 38 位
魚介類費は 3 位

資料: 2021 年 4 月総務省統計局
全国主要都市別「家計調査」(2人以上の世帯)

4月おすすめ商品

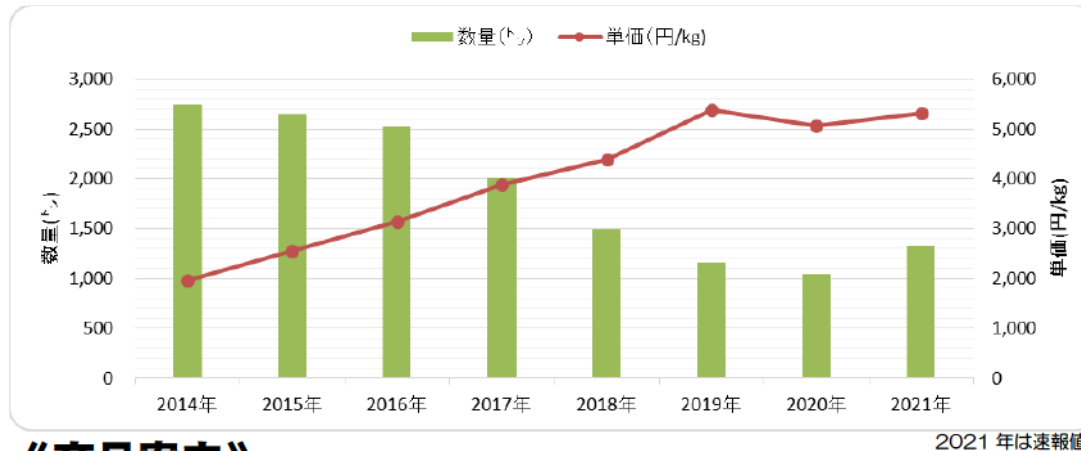
オホーツク毛がに

《昨年の整理と今年の状況見通し》

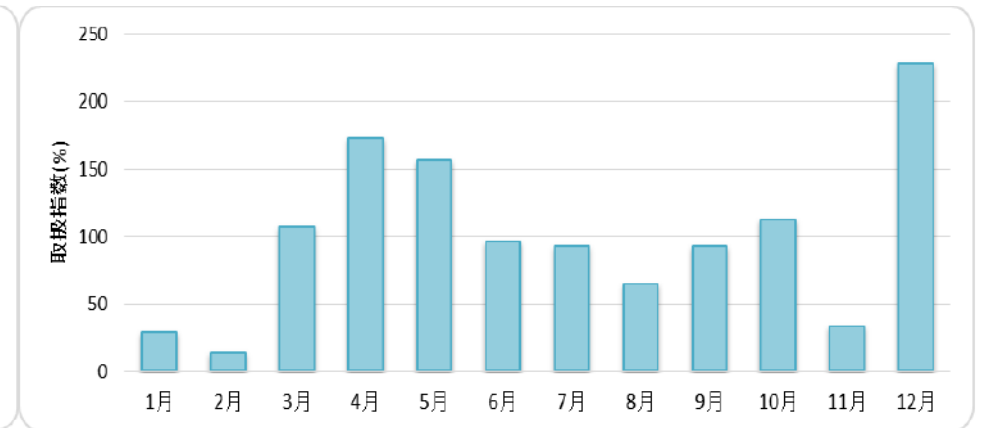
昨年・・・漁獲枠が増え、アソートは大サイズ2割、大中サイズ5割、小サイズ3割で相場は大型サイズ(4～8尾)は昨年と変わりありませんが、中～中小サイズ(9～13尾)の相場が2割程安値になりました。

今年・・・今年は漁獲枠がもっと増えるという事で水揚げ量は昨年よりは見込めると思います。近年は大サイズ(4kg 5/8尾)が少なく、中小サイズ(9/13尾)の割合が7割となっています。また、宗谷・稚内方面から漁が始まり降りてくるので枝幸・頓別までは多いですが、雄武～紋別に関しては水揚げ量はかなり少なくなります。また、冬場の太平洋の毛ガニが赤潮の影響でほとんど水揚げがなく高値推移した影響もあり相場は下がる見込みはないと思われます。

《北海道毛蟹水揚げ推移(週刊水産新聞より 北海道調べ)》



《当社取扱指数》



《商品案内》

産地	サイズ	規格	産地	サイズ	規格
雄武・枝幸地区	7～8尾	4kg	宗谷地区	7～8尾	4kg
〃	9～10尾	〃	〃	9～10尾	〃
〃	11～13尾	〃	〃	11～12尾	〃

「春漁の毛がには年間で一番の品質」

春漁物は身入り、ミソ入り、色合いどれをとっても最高の品質です。消費ニーズは「旬」「美味しさ」等に敏感に反応します。相場の落ち着いている上旬から良品物での仕掛けを強化し、消費者の信頼と数字の確保を図りましょう。

4月おすすめ商品

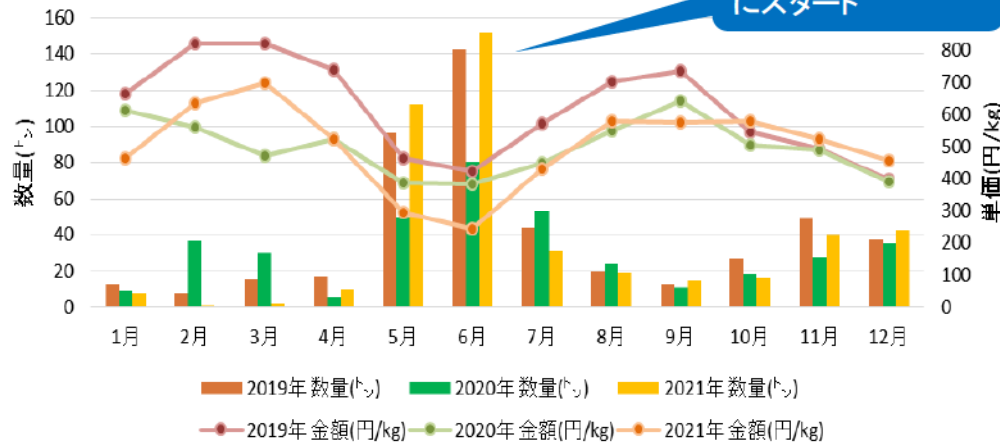
天然真鯛

《商品状況》

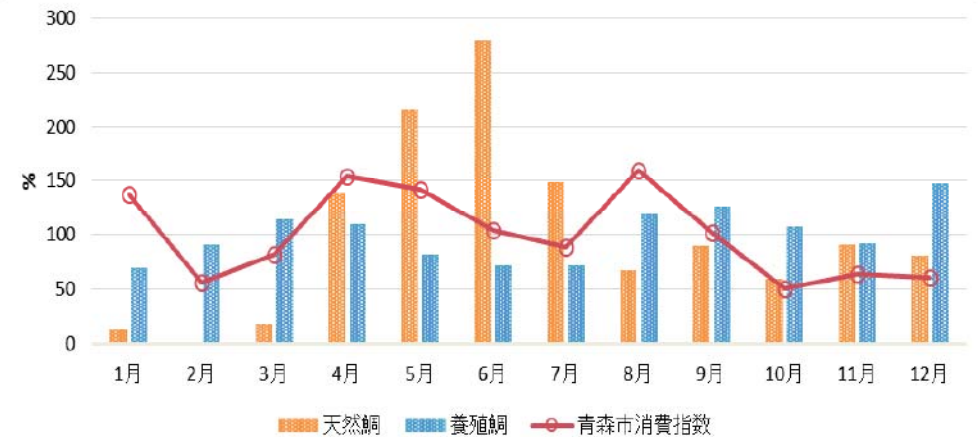
4月は、山陰・北陸方面からの入荷と、同時に、山形・秋田・青森の日本海側も数量が増えてきます。また4月の中旬以降から5月の最盛期にかけて、陸奥湾物も出始めてきます。西日本方面は安さ(価格型)で、近海物は鮮度感で売場展開してみてください。

《近年の青森県産天然鯛の漁獲状況》

例年5月から本格的にスタート



《当社取扱状況と青森市たいの消費状況》



《商品案内》

産地	品名	漁法	規格	入数
九州地区	天然鯛	巻き網・釣・定置	3~4kg	2~4入
山陰・北陸地区	〃	釣・刺・定置トロール	〃	1~6入
山形・秋田地区	〃	釣・刺・定置	〃	〃
青森・日本海地区	〃	釣・刺・定置トロール	〃	〃

《販促POP例》



おすすめレシピ

イタリアン洋風鯛めし



【材料と分量(4人分)】

- 鯛…2 切(200g)
- 米…2 合
- 水…250ml
- 塩…小さじ 1/5
- 菜の花…1/2 束
- 塩…小さじ 1
- ねぎ(白い部分)…6 cm
- 生姜…5g
- ＜調味料A＞
- ホールトマト(水煮缶)…200g
- 顆粒コンソメ…小さじ 1
- 薄口しょうゆ…大さじ 1
- 酒…大さじ 1
- みりん…大さじ 1
- 塩…小さじ 1/3

【作り方】

- ① 米は洗ってザルに上げて、フラパンに入れて分量の水に 30 分以上浸す。
- ② 鯛の表面に切込みを入れて、両面に塩をふってグリルで焼く。
- ③ 菜の花は塩を加えた熱湯で茹で、飾り用に一部を取り、残りは小口切りにする。
- ④ ホールトマトをつぶして、＜調味料A＞を混ぜ合わせる。
- ⑤ ①に④を加えて、鯛をのせる。
- ⑥ アルミ箔で鍋のふちが 2 cm 程度隠れるようにフタをして炊く。
(中火8分⇒弱火 13 分⇒蒸らし10分)
- ⑦ ご飯を炊き上げている間に、すりおろし生姜と白髪ねぎを準備しておく。
- ⑧ 炊き上がった鯛を取り出し、飾りの一部を残して骨を除いて身をほぐす。
- ⑨ ご飯を混ぜ、小口切りの菜の花を混ぜ、さらにほぐした鯛の身を混ぜ込む。
- ⑩ 器に盛り、飾り用の鯛を菜の花をのせ、好んで白髪ねぎとすりおろし生姜を添えて完成！

真鯛のマリネ



【材料と分量(2人分)】

- 真鯛(柵)…30g
- 白ワイン…小さじ 1
- ミニトマト…2 個
- 玉ねぎ…10g
- レモン…10g
- セロリ…10g
- 水菜…4g
- パセリ(乾)…少々
- ＜マリナード＞
- グレープシードオイル…20g
- 酢・穀物酢…大さじ 1/2
- こしょう(混合)…少々

【作り方】

- ① 真鯛は食べやすい大きさに切り、白ワインをかける。
ミニトマトは4等分に切り、玉ねぎは薄切り、レモンはいちよう切り、セロリは筋を取って千切り、水菜は3cm長さに切る。
- ② バットに野菜(玉ねぎ・セロリ・水菜・ミニトマト)を敷き、真鯛を乗せ、レモンを上置く。
- ③ グレープシードオイル・酢・塩こしょうをよく混ぜ合わせてマリナードを作り、②の上にかけて漬け込む。
- ④ 器に盛り、パセリを振りかけて完成！

レシピ動画はこちら⇒



おすすめレシピ

ごま塩風味しわすわかめ丼



【材料と分量(4人分)】

- ごはん…3合
- 釜揚げしらす…150g
- わかめ…100g
- 万能ねぎ…6本
- いりごま…適量
- 塩…適量
- ごま油…適量
- 卵黄…4個分

【作り方】

- ① わかめと万能ねぎは食べやすいように細かく切っておく。
- ② アツアツのご飯を丼に盛り付けて、しらすとわかめを敷きつめる。
- ③ 真ん中に卵黄をおとして、ネギ、いりゴマを振って塩を適量振りかけ、仕上げにごま油をひと回しかけて出来上がり！

あさりと菜の花のいいたまご和え



【材料と分量(4~5人分)】

- あさり…300g
- 菜の花…2束
- 塩(茹で用)…小さじ1
- たまご…4個
- みりん…大さじ2
- みそ…大さじ2
- サラダ油…大さじ1~2
- 塩…少々
- かつお節…ひとつかみ

【作り方】

- ① 菜の花は根元を少し切って、塩を加えた熱湯でさっと茹で、冷水にとって冷ます。水気を拭いて半分の長さに切る。
- ② アサリは2カップの水で蒸す。
蒸し終わったらダシ汁と貝に分け、貝から身を取り出す。
- ③ アサリのダシ汁にかつお節を一掴み入れてダシをとって漉す。
- ④ 出来上がったダシ汁に塩で味付けをしてアサリの身と菜の花を漬けておく。
- ⑤ フライパンを弱火にかけて、よく溶いた卵を流し入れていり卵を作る。
- ⑥ 半熟状になったら火からおろしてみそとみりんを溶いて、卵が熱いうちに加えてよく混ぜる。
- ⑦ 漬けておいた菜の花の水気を切り、アサリの身と混ぜ合わせて器に盛り、卵をそえて完成！よく混ぜ合わせていただきます。