



6月21日(金) ごはん 牛乳 ハガツオのてりやき ほうれんそうのあえもの とん汁

今日は、ハガツオのてりやきです。ハガツオは、漢字で書くと前歯などの歯に鰹で歯鰹と書きます。カツオに似たお魚ですが、鋭い歯が目立つことからハガツオと呼びます。鮮度が落ちやすいため、昔は評価が低い魚でしたが、今は保存技術と流通の発達で鮮度の良いまま、おいしく食べることができます。