

## ビタミン・ミネラルたっぷり！ヘルシーな万能選手

### 養殖わかめ（ワカメ）

#### ○特 徴：

由良町衣奈地区は、良質なわかめの産地で、県内有数の生産量を誇ります。乾燥品や塩蔵品に加工されたものは、長期間保存が出来て大変便利です。

わかめを板状に貼り合わせて乾燥させた「ハリワカメ」は、全国的にも珍しい当地方の特産品で、巻き寿司にすると風味と食感がたまらないです。



#### ○食べ方：

お味噌汁、サラダ、酢の物などに。生はしゃぶしゃぶがお勧め。茎わかめは佃煮、和え物に。メカブの部分はねばねばを生かして、サラダや酢の物、また炒め物にしても美味しいです。



#### ○ 旬： 1月下旬～2月下旬

#### ○産 地： 由良町地先

○問い合わせ先：紀州日高漁業協同組合

(0738-22-0451)

○出荷期間： 通年。ハリワカメは年間約 4000 枚を生産。

○加工品：乾燥わかめ

塩蔵わかめ

「衣奈そだち」（佃煮）

「ハリワカメ」

