

霞ヶ浦北浦の夏のわかさぎ ナツワカ



霞北の魚が
買える店
食べられる店



わかさぎ産地の中では温暖な霞ヶ浦北浦。
わかさぎの成長が早いので、全国でも珍しく
夏にわかさぎが獲れます。

夏の時期のわかさぎは「ナツワカ」の愛称で
親しまれており、フライや佃煮、食べる煮干が
おすすめです。

ナツワカは脂がのってEPA、DHAが豊富

霞ヶ浦北浦で夏に獲れるわかさぎは「ナツワカ」とよばれ、EPAやDHAが多く含まれています。

また、霞ヶ浦北浦はわかさぎ産地の中では温暖で、わかさぎの成長が速く、骨が柔らかいのが特徴です。

霞ヶ浦北浦
水産事務所
Twitter

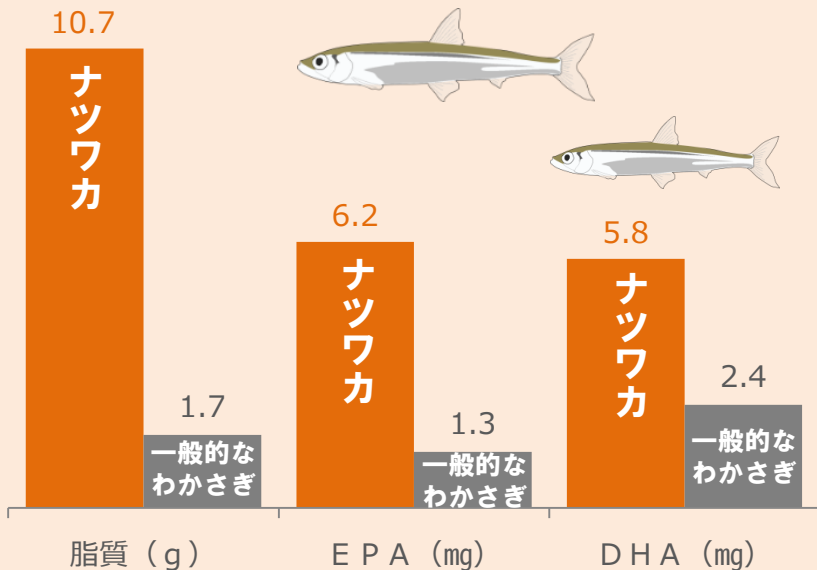


霞北の魚が買える店
食べられる店

霞北 味わいマップ



で検索！



■ ナツワカ (霞ヶ浦産わかさぎ/H28.7)
試験依頼先:(財)日本食品分析センター
■ 一般的なわかさぎ
日本食品標準成分表2015年版
(文部科学省)

脂質 (×1)
EPA・DHA (×100)
いずれも100gあたりの含有量

霞ヶ浦北浦水産振興協議会