

## ● 2月の旬食材・生鮮食品入荷動向

旬の食材	産地・品目他	提案メニュー・販売企画
<b>金柑 (きんかん)</b> 完全無農薬きたま(宮崎) 焼し金柑もちまる(静岡)	宮崎、静岡、全国	★食べるビタミンCともいわれ、果皮に含まれるリモネンやヘスリジンはすぐれた免疫効果があり、喉の粘膜保護や風邪予防の音からの回復にもわりと効果的。マーマレード、砂糖漬、ドライピール、金柑の湯も最適。
<b>晩柑</b> みかん、伊予柑、デコポン、本 みかん、夏夏、夏夏、ネーブル	宮崎、静岡、愛媛、和歌山、広島、熊本	◆食以外にもマーマレード(ジュウ)、オーガルトソース、ケーキ等に提案。 ◆バラと袋詰め商品を販売し、価格特価と一緒にプラットフォーム。 ◆味の比較の試食販売や、品種の特徴、産地、栽培方法をパネル表示。
<b>菜花 (なばな)</b> オスタームエノム (アスパラ)	千葉、愛知、香川、三重	★ビタミンCの含有量は野菜の中でトップクラス。カルシウムも豊富。 ★抗酸化作用の高い成分や半味成分のイソフラボンが免疫力アップ。 ◆野菜の代わり、辛し和え、天麩焼、菜の花サラダ、菜の花ココロ炒め物。
<b>小松菜</b> 大根菜、黒菜、ちぢみ小松菜、春巻菜	埼玉、東京、神奈川、千葉	★野菜の中でも鉄分やカルシウム、葉酸、貧血や骨粗鬆症予防に。 ◆おひたしや胡麻和え、小魚や豆との食べ合わせでCを吸収。 ◆相模原や緑野菜と組み合わせ、スムージー提案。
<b>芹 (せり)</b> 田舎芹、おせり、水耕栽培、野芹	秋田、三宮、宮城、茨城、千葉、大分	★葉酸や鉄分が多く女性のための健康野菜。カリウムや食物繊維も豊富。 ◆春の七草のひとつで成分には薬効成分があるといわれている。 ◆きりたんぽ餅や和蘭に、若菜は胡麻和えや干物、おひたしなど。
<b>鱈 (かれい)</b> またい、またがけい、むらがい、若がい、なめたがい	三陸、北陸、山陰、北群県、豊後後水産、北海道	◆マコカレいの朝釜、赤カレイやナタケの煮付け、ムシカレイの焼き物など品種に合った料理提案とレシピを紹介しよう。 ◆ブランドかれい (城下かれい、若かれいなど) でマグネットに。
<b>皮刺 (かわはざ)</b> 本のかき、うまさきはぎ、うさはぎ	全国、西日本 福山の華はぎ (如月王)	◆ちり鍋、刺身、干物、煮物、焼き物 ◆かきはぎの肝が商品価値を高めるので刺身には必ず添えて商品化。 ◆ふくに匹敵する美味しさを訴求して、ぶつ切りと肝付の2品種提案を。
<b>白魚 (しらうお)</b> シラウオ 煮魚 (しらうお):ハズ科	全国	◆しらす干し、釜揚げ、煮干し、天ぷら、かき揚げ ◆煮魚をふんば、若菜や半身醤油で食べる鍋料理は、福岡、山口の早春の風情。 ◆春めりやふんば、小ぶり、かまぼこなど併せてコーナー化。
<b>海藻類</b> わかめ、めくわ、めくわ、ぎざぎざ、わかめ、アサゲ、ひじき、まらち	北海道、三陸海岸、日本海、瀬戸内海、山陰、九州、沖縄	★めり成分は水溶性の食物繊維。ビタミンAやミネラル成分たっぷり。 また、含有成分のフコキサンテンは自然治癒力や免疫力強化作用がある。 ◆きりたんぽ餅や和蘭に、若菜は胡麻和えや干物、おひたしなど。
<b>スープ</b> ミネストローネ、ポタージュ、チキンスープ、海老のシウ、参湯鍋	コンソメ、フュムド、ポタージュ、イロコ、中華スープの味、湯引き	◆愛護生向けや夜食の必須アイテムとして品揃えのバリエーションを拡大。 ◆良質素材で作る食味の良くて減塩スープやアルドスープもカテゴリーマネージメントでP値を高めよう。
<b>チーズフォンデュフォンデュキット</b>	エメンタールチーズ、グリュイエールチーズ、白カ、バザール	◆バレンタインのパーティーメニューとして、具材持ち寄りギフトリングとして。 ◆アボカド、練り物、焼き魚、揚げ物などチーズと相性の良い具材を販売。 ◆アボカド、練り物、焼き魚、揚げ物、フォーカを一箱にディスプレイ販売を。
<b>チョコレート</b> ハイカボチチョコレート99%、85%、70%	日本、アメリカ、ベルギー、フランス、イタリア	★カカオポリフェノールは血管を拡張させる血圧降下作用あり。カカオ成分が70%以上のマーズチョコレートは1か月でも効果的。 ◆アボカド、練り物、焼き魚、揚げ物などチーズと相性の良い具材を販売。 ◆アボカド、練り物、焼き魚、揚げ物、フォーカを一箱にディスプレイ販売を。
<b>ヨーグルト</b> ヨーグルト、デザートタイプ、ドリンク	がや、びび、フルがや、かき、モリス、ロイヤル、LIG21	★インフルエンザ予防や花粉症対策としてシーズン品種対応を。 ◆各種の乳酸菌の特徴を紹介。腸内活性性の機能食品として提案。 ◆スムージーやデザート、料理材料としてレシピ提案を。
<b>果 物</b>	<b>野 菜</b>	<b>鮮 魚</b> <b>そ の 他</b>
梅 (あまおう、ちちおとめ、さちのか、さがほのか、草薺)、土佐文旦、日向夏(ハウス)、ぼんかん、はるみ、丸紅)	ぶきのとう、せり、こまつ菜、はたけな、コウサライチ、チコリー (アンディープ)、コールラビ	甲いか (悪いいか)、ひらめ、あかがれい、かわはざ、げんげ、早稲いわめ、ぎざぎざ、なたまたれいか 新物たらこ 塩レモン、チョコレートココア ヨーグルト 豆腐、卵の花

### ◇ 2月度生鮮食品入荷動向 (令和4年6月～令和5年6月 東京中央卸市場・全市場統計情報より)

果物	野菜	鮮魚
★生貨の「いちごさん」が3月にかけて入荷増加。 ★高知の文旦は2～3月にかけて入荷の最盛期。熊本産は12月から4月がシーズン。 ★青森のふじりんごは12月から入荷が増え4月までシーズン。入荷最盛期は2～3月に。 ★青森の梅の入荷シーズン。 ★国産キウイの入荷の最盛期。和歌山、福岡、愛媛から3月にかけて。	★千葉の菜の花の入荷が最盛期。1～3月が仕回りのシーズン。 ★福島のぶきのとうの入荷最盛期。群馬、山形からも3月にかけて入荷増。★どがらひの最盛期。栃木から3月にかけて。 ★愛知の春キャベツは1～3月にかけて入荷の最盛期。 ★愛知の入荷は11～3月にかけて最盛期。香川、熊本、愛知から。北野は6～7月、北海道は7～9月。 ★茨城のほうろ草の入荷最盛期。 ★山形から「たら」の芽が3月にかけて入荷シーズン。	★千葉の金目鯛の入荷最盛期。 ★広島から「むき牡蠣」の入荷最盛期。 ★宮城から生わかめが4月増え、2～4月にかけてシーズン。 ★さばの入荷シーズンは福岡は2～3月、三重は10月、鳥取は4月が入荷の最盛期。 ★兵庫のほたるいかの出荷始まる。最盛期は3～4月。 ★北海道のわかぎの入荷最盛期。

## ● 2月度 季節のMD(旬食材・行歳時日別変化・メニュー企画)

上旬	中旬	下旬
・瀬戸内イエローレモンの収穫期	・あまおう、ちちおとめ、紅はっぺが仕回り時期	・福岡の蓄菜が出回る
・デコポン、ボンカン、せとか、はるみの出荷最盛期		・鹿児島のだんかん、完全金柑の最盛期
・青森大野温泉もやしのシーズン	・和歌山海南の蔵出しみかん出荷	・和歌山の「八潮」の出荷最盛期
	・辰成山(こごみ、山うど、うるい等)が出始める	・新潟や徳島のたら(芽) (ハス) が最盛期
・岡山特産の筑ニラの出荷最盛期	・埼玉では「軟白うど」の収穫期	・九州から早稲りの荷出始める
	・若抜かれいやぐじ、若抜ふぐの旬	・四国沖はびんがな鮎漁期に
	・高知の春味「のれせり(六子)」の漁期に	・富山湾のほたるいか解禁
	・山陰のかれいやのどろぐが旬に	・春の貝の旬(はまぐり、ほっき貝、あま貝等)
	・東北では凍み餅、凍みゆづり	・能登の「このわた」作り最盛期
	・立春朝搾りの清酒が蔵元から出荷	・沖縄ではサトウキビの収穫

### ● 節分関連の日別消費支出 (2022年2月) (二人以上の世帯：円)

	★春節										
	1/28(金)	29(土)	30(日)	31(月)	2/1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)	計
寿司(弁当)	32.6	52.4	56.6	23.8	35.4	44.6	64.7	28.1	47.2	34.2	1002.4
刺身盛り合せ	8.3	10.7	13.3	7.4	7.3	9.4	19.3	7.7	12.0	17.4	112.8
まぐろ	11.3	20.3	15.3	9.9	13.6	14.5	30.2	10.4	22.8	12.8	161.1
いわし	1.6	1.9	0.9	1.2	1.9	3.4	7.1	2.0	1.7	1.0	22.7
他の菓子	54.8	57.0	65.8	50.8	56.3	59.3	79.3	51.6	66.8	57.3	599.0
干し海苔	8.9	9.7	7.6	6.7	12.4	12.2	19.0	4.5	11.9	6.8	99.8
酢	1.5	2.1	1.7	1.2	2.3	2.5	3.5	1.3	2.1	3.2	21.9
魚介缶詰	5.9	7.3	10.1	5.8	8.4	10.5	12.8	6.2	8.3	7.0	81.7
餃子	8.1	6.8	6.7	4.0	6.0	5.4	4.5	7.3	7.3	6.1	62.1
清酒	16.2	20.9	21.9	10.6	15.0	8.2	10.5	24.2	24.8	11.4	163.6

※他の菓子(落花生、豆菓子、甘納豆、かりんとう等)

### ● 惣菜・デリ部門の季節メニュー

和	揚げだし豆腐、ひじき煮、いんげん、胡麻和え、高野豆腐、春野菜焼き合せ、肉じゃが、かぶの鶏そぼろ煮	洋	ポトフ、ボルシチ、ラザニア、鶏クリーム煮、ブイヤベース、トマトクリームペンネ	魚	いか大根煮、ぶり大根、ぶり照り焼き、わかざき南蛮漬、もつ煮込み、キャベツメンチカツ
惣		菜	回鍋肉、豚角煮、青梗菜のクリーム煮、春巻き、牡蠣と青菜のオイスターソース炒め、八宝菜、中華點心セット	中華	揚げいも田舎揚げ、肉屋のコロッケ、海老かき揚げ、ちくわ天ぷら、とんかつ、串かつ、聴かち揚げ
華		国		食調	ぶり照り焼き弁当、カツサンド、とんかつ弁当、すき焼き弁当、らし寿司、鍋焼きうどん、節分そば
東		洋	恵方巻、太巻き、中巻、サラダ巻(かに、海老)、いなり寿司(初年)、はら寿司	ラ	焼芋、たい焼き、焼きそば、フライドポテト、ホットケーキ、お好み焼き
ダ		和		和	キャベツサラダ