

いわし さんが焼

さんが焼は 漁師飯から誕生しています



千葉県 (房総半島) 郷土料理

カセイの『いわしさんが焼』は、
魚のすり身に野菜・鶏肉を加えることで
どなたでも美味しく食べられる味に仕上げました。
お味噌の甘みで食欲を増進させます♪

小判型



丸型



房総半島の海では魚がたくさん獲れるので、
漁師たちは獲れたての魚を船の上で
味噌と一緒に細かく叩き、
「なめろう」という料理を作りました。
山へ仕事に行くときは、余った「なめろう」を
あわびの殻に入れて持って行き、
山小屋で蒸したり焼いたりして食べました。
山の家で食べた料理で、
『山家(さんが)焼き』と呼ぶようになりました。

揚げても
焼きでも
スチームでも

カセイ食品 株式会社

原材料	アレルギー	%	原材料	アレルギー	%
魚すり身	-	21.35	チキンエキス	鶏肉	0.69
砂糖	-	1.65	砂糖	-	0.58
タマネギ	-	14.12	しょうゆ	小麦・大豆	0.46
鶏肉	鶏肉	11.3	食塩	-	0.32
粒状大豆たん白	大豆	9.24	おろししょうが	-	0.32
キャベツ	-	6.86	酵母	-	0.19
みそ	大豆	4.16	香辛料	-	0.12
でん粉	-	3.47	加工澱粉	-	0.69
パン粉	小麦	1.21	仕込水	-	20.97
米発酵調味料	-	1.15	合計		100.00
なたね油	-	1.15			

栄養成分表 (100g 当たり)					
エネルギー	kcal	135	鉄	mg	10.9
水分	g	69.4	亜鉛	mg	0.8
たんぱく質	g	11.8	銅	mg	0.19
脂質	g	3.8	レチノール	μg	3
炭水化物	g	12.9	A β-カロテン当量	μg	4
灰分	g	2.1	レチノール活性当量	μg	4
ナトリウム	mg	397	ビタミンB1	mg	0.09
カリウム	mg	367	ビタミンB2	mg	0.11
カルシウム	mg	51	ビタミンC	mg	4
マグネシウム	mg	42	食塩相当量	g	1.0
リン	mg	151	食物繊維	g	2.2

商品情報

規格：40g
鉄分4.36mg配合

：50g
鉄分5.45mg配合

特定原材料28品目
：鶏肉・大豆・小麦