

# 能登(のと)のふりかけ のとかけ

～ season 3 ～

能登町立松波中学校×和平商店



里山里海の自然豊かな能登の食材を使ったふりかけです！  
松波中学校の3年生が、調合する食材を選びました。  
能登でとれる海の食材「アカモク、アゴだし、イカ」の  
奇跡のコラボレーションです！皆さん、ぜひお試しください！



## がん予防・美肌効果

### \* アカモク

褐藻綱ヒバマタ目ホンダワラ科に属する海藻。石川県では「ギバサ」と呼び食用にする。

フコキサンチン成分が多く含まれ、肥満・糖尿病の予防、抗ニキビ作用、美肌効果があるといわれている。

## 最高級のだし

### \* アゴだし

トビウオからとるだしのこと。石川県ではトビウオのことを「アゴ」と呼ぶ。乾燥させ、だしとして活用する。アゴだしは、上品でスツキリとした甘味があり、味わい深く、だしの中でも高級品に位置づけられている。