

真サバとゴマサバの違いって？



真サバ

真サバは秋から冬が旬の時期で、脂がのって美味しい。旬をはずすと脂が抜けて味が落ちてしまう。

サ
summer



Saba

サ
summer

ゴマサバは夏が旬。マサバに比べると少し身が柔らかく崩れやすい。ゴマを散らしたような斑点模様が特徴。



ゴマサバ

