



いばらきの魚介類特集



わかさぎ／ひぬまやまとしじみ／いせえび／いわがき／あわび／しらす「海の輝き」

茨城県は、親潮と黒潮が交わる茨城沖や、日本で2番目に大きな湖「霞ヶ浦」があり、豊富な魚介類が一年中楽しめます。7月から旬を迎える夏の魚介類をピックアップしてご紹介します。

全国で唯一！夏のワカサギ漁「霞ヶ浦北浦」7月21日（木）解禁！

わかさぎ



わかさぎは県の「淡水のさかな」にも選定されている、茨城県を代表する魚のひとつです。江戸時代に麻生藩（現在の行方市）から将軍家に焼きわかさぎを献上したところ大変喜ばれ、将軍家御用達の魚、御公儀の魚ということで「公魚」と書くようになったといわれています。

県内の主な漁場は「霞ヶ浦北浦」。エサとなるプランクトンが豊富な霞ヶ浦北浦で育つわかさぎは成長が早く、骨が柔らかいので、“丸ごと”でも食べやすいのが特長です。漁が行われるのは7月下旬から12月末までの約5か月間。今年も7月21（木）にわかさぎ漁が解禁になります。夏にわかさぎ漁を行っているのは全国で霞ヶ浦北浦だけ。冬のものに比べ、「ナツワカ」と呼ばれる解禁直後の夏のわかさぎは脂のりがよく、小ぶりで食べやすいのも特長です。



▲夜明け前に漁港を出発。網を下ろします



▲網を1時間ほど曳き、夜が明けたころ網を揚げます



▲船溜まりに戻り、ワカサギと雑魚を選別します

主な漁獲地域：霞ヶ浦、北浦 旬の時期：【ナツワカ】7月～8月 【寒曳きワカサギ】11月～12月

お問い合わせ：霞ヶ浦北浦水産振興協議会事務局 土浦市真鍋5-17-26（茨城県霞ヶ浦北浦水産事務所内）

TEL：029-822-7285

ナツワカ おすすめ料理と加工品

ナツワカは骨も柔らかく丸ごと食べられるので、カルシウムも豊富です。天ぷら、から揚げ、フライ、南蛮漬けなどにする事で、これぞわかさぎ！といった美味しさが楽しめます。また、地域の名産品である「食べる煮干し」のほか、佃煮などの加工品もおすすめです。

茨城のわかさぎは成長とともに味わいの変化を楽しめる食材です。是非食べ比べてみてください。



▲わかさぎの天ぷら



▲わかさぎの南蛮漬け



▲わかさぎの佃煮

■ 本件に関するお問い合わせ、ご取材のお申し込みは、下記までご相談ください。

茨城県広報事務局（フロンティアインターショナル内） 担当：馬場(070-2197-8954)、東山(070-3266-6497)、五十嵐

TEL 03-5778-4844 FAX 03-5778-6516 E-mail: ibaraki-pr@frontier-i.co.jp

（リリース等の配信先の変更、配信停止をご希望の方は、上記までご連絡ください）

島根県、青森県と並ぶ日本三大しじみのひとつ

ひぬまやまとしじみ



関東地方唯一の汽水湖である湖沼は^{ひぬま}全国屈指のしじみの産地です。その中でも、地元の漁業協同組合が設ける管理基準を満たしたしじみを「ひぬまやまとしじみ」のブランド名で販売しています。機械を使わず、全国でも珍しい^{てか}手掻き操業で漁獲しているため、貝がきれいで、日持ちの良い高品質なしじみです。

湖沼のしじみは、サイズが大きく味が濃いのが特徴で、アミノ酸やタウリンなどの旨み成分が豊富なうえに、肝機能向上に効果があるとされるオルニチンを多く含んでいます。夏の暑さで疲れた身体にぴったりの食材です。



▲竿の先に籠のついた“しじみかご”で手掘りします



▲冬はしじみが沼底に潜るので、直接水の中に入り手掘りします



▲しじみの味噌汁。サイズが大きく身がふっくらしています！

主な漁獲地域：湖沼、湖沼川 旬の時期：【土用しじみ】6月～8月(産卵期で身がふっくら)【寒しじみ】12月～2月(寒さで身がしまる)
お問合せ：大湖沼漁業協同組合 東茨城郡茨城町下石崎1652 TEL：029-293-7347 ※販売店等についてはお問合せ下さい。

茨城県はいせえびの隠れた産地です！

いせえび



いせえびは黒潮系暖水域を主な生息域としており、茨城では平成の初期まではほとんど漁獲されていませんでした。ところが、平成13年以降漁獲量は急増し、令和2年は約30トンの漁獲量となりました。増加要因については、来遊する幼生の増加や水温上昇による稚エビの生き残りの増加が考えられますが、詳細はまだ明らかになっていません。全国各地の漁港でイセエビは水揚げされていますが、茨城県産は色鮮やかで、目を奪われるほど豪華。透明感のある身はプリッと肉厚でほんのりと甘みがあります。美味しさと華やかさを兼ね備えた、まさに才色兼備の茨城県産いせえびは、首都圏への近さと鮮度の良さ、そして、他の産地と比べ手ごろな価格で、近年人気を高めています。



▲夜明けとともに網を揚げます



▲水揚げされたいせえびを、網から外します



▲荷捌所でいせえびを仕分けします

主な漁獲地域：県内全域 旬の時期：7月～9月
お問合せ：磯崎漁業協同組合 ひたちなか市磯崎町4643 TEL：029-265-8111

男性の「あま」が素潜りで獲る！とにかくデカイ“海のミルク”

いわがき



茨城県のいわがきは、想像を超える大きさ！大人の手のひらでも収まりきらないサイズの貝殻の中には、大きな身がぎっしりと詰まっています。タウリンが豊富で肝機能強化、鉄分とビタミンB1で造血効果、亜鉛も豊富で免疫力アップ！栄養がたっぷり含まれていることから「海のミルク」と呼ばれ、旬は6月～8月。まさに今が旬です。この大きないわがきを獲っているのはなんと男性の「あま」さん！海の男達が素潜りで一つ一つ漁獲しています。獲れたてのいわがきは、大洗港周辺の市場や飲食店などで堪能いただけます。

主な漁獲地域：大洗町（沿岸） 旬の時期：6月～8月

お問合せ：大洗町漁業協同組合 東茨城郡大洗町磯浜町字東8253-10 TEL：029-266-2165

天然ものと養殖ものどちらも楽しめます。

あわび



茨城県のあわびは、天然ものと養殖ものがあります。天然あわびの漁期は6月～9月。養殖あわびは通年出荷可能です。とくに養殖あわびは、約7cmまで育てたものを「一口あわび」としてブランド化し、リーズナブルな価格で販売しています。自然に近い環境で養殖し、天然あわびに負けない味と品質を実現しました。一口あわびの魅力は何といっても身の柔らかさ。適度な歯ごたえと旨みに満ちています。コリコリとした食感が楽しめる刺身はもちろん、網焼きやバター焼きで旨みを堪能するのもおすすめです。

主な漁獲地域：大洗以北（天然あわび） 旬の時期：【天然あわび】6月～9月

お問合せ：磯崎漁業協同組合 ひたちなか市磯崎町4643 TEL：029-265-8111

技術開発により“自宅で新鮮に食べられる生しらす”を実現！

生食用しらす「海の輝き」



生しらすはプリプリとした食感が人気ですが、すぐに鮮度が落ちてしまい、水揚げする漁港の近くでないと本来のおいしさを味わうことが難しいとされてきました。茨城のしらす漁は全国的にも珍しい1艘曳き。1艘の船が魚群の周りに網を入れ、群れをまいて獲る漁法です。1回の網入れ時間が短いため魚の傷みが少なく生きたまま漁獲されます。そしてすぐに水で“活け締め”するので、鮮度良く水揚げすることができます。このような「船上鮮度保持技術」を施した生しらすを急速冷凍し商品化したのが「海の輝き」。8月からは秋しらすが旬を迎えます。

主な漁獲地域：県内全域 旬の時期：【春しらす】5～6月【秋しらす】8月～9月

お問合せ：大洗町漁業協同組合 東茨城郡大洗町磯浜町字東8253-10 TEL：029-266-2165

※販売店等についてはお問合せ下さい。