

シーズン到来！たっぷり脂がのった、いばらきの旬の魚をご紹介します！

いばらき“冬のお魚”特集

- ◆あんこう(11月～3月) ◆寒ビラメ(12月～2月)
- ◆マサバ(11月～12月) ◆シラウオ(7月～12月)



いばらきを代表する冬の味覚

あんこう



出荷量の多い時期：11月～3月

水揚げの多い主な漁港：平潟漁港・大津漁港・久慈漁港

“西のふぐ・東のあんこう”と並び称される「あんこう」は、いばらきを代表する冬の味覚です。いばらきでは11月～3月があんこうのシーズン。県内各地であんこう料理が楽しめます。見かけはギョッとするようなルックスのあんこうですが、その味は淡白でコラーゲンたっぷり。身は脂肪が少なく、低カロリーなため、女性にもたいへん人気です。あんこうは「食べられない所が無い」と言われるように、骨以外は全て食べることができる魚です。「肝・胃・皮・ひれ・えら・卵巣・身」は、「あんこうの七つ道具」と呼ばれ、それぞれの風味や食感などを活かした料理に使用されます。あんこう鍋は、これらの「七つ道具」すべてを一度に味わえ、それぞれの部位の食感の違いを楽しむことができる料理です。その他にも、生のあん肝を鍋で乾煎りして煮込む漁師飯の「どぶ汁」や、あんこうのから揚げ、湯引きした七つ道具を酢味噌でいただく「とも酢」など、あんこうの楽しみ方は様々です！

茨城の冬の風物詩！ 伝統の技・あんこうの吊るし切り

あんこうは、体重の約8割が水分で、全身が軟らかく表面のぬめりが強いので、まな板の上にも安定せずに滑ってしまいます。そのため考案されたのが、あんこうを吊るして、回転させながらさばく「吊るし切り」という解体法です。

大きな鉤(かぎ)に口をひっかけ、エラとヒレを外してから口の周りに切れ込みを入れて皮をはがした後、内臓や身を外していく「吊るし切り」の様子は、迫力満点です。



「大洗ホテル」あんこう吊るし切りショー

1999年からスタート！恒例の吊るし切りショーを毎日開催！



大洗町の「大洗ホテル」では11月から旬を迎えるあんこうを3月31日まで楽しむことができます。スタッフが大鍋から振る舞う「あんこう鍋」を始め、定番の「あん肝」や「あんこう唐揚げ」、あんこうの「ブイヤベース」等、他では味わう事ができない様々な「あんこう料理」をバイキング形式でお楽しみいただけます。

また、食べて楽しむだけでなく、期間中毎日、ロビーにてあんこうの吊るし切りショーも楽しむことができます！(毎日 17:00～約 20分)

料理人があんこうの生態を説明しながら捌いていくショーは圧巻です。
※料理内容は変わる事がございます。



▲バイキング料理では様々なあんこう料理が並びます

大洗ホテル

大洗町磯浜町6881

TEL : 0570-200-418

<https://www.oarai-hotel.co.jp/>



「あんこうの宿 まるみつ旅館」 絶品！あんこう料理

いばらきには「あんこう料理」の可能性を追求する拠点があります！



▲侍あん肝すき焼き 2人前 10,800円(税込)



▲あん肝ラーメン 979円(税込)



▲あん肝丼 2,530円(税込)

北茨城市のまるみつ旅館では、今年10月1日から新メニュー「侍あん肝すき焼き」の販売を開始しました。特上のあん肝を常陸牛で包み、割り下は、全国ご当地鍋フェスタ鍋-1グランプリ優勝の出汁を使った特製タレになっています。具材にもこだわっており、野菜や卵も新鮮な茨城県産のものを使っています。また、々には特製あん肝うどんも楽しめます。現在、宿泊プランと通信販売のみで販売しています。

その他にも、北茨城市の名物であるあんこう鍋をベースに考案された、たっぷりのあん肝に地元のたつご味噌を合わせた濃厚な味わいの「あん肝ラーメン」や、あん肝と常陸牛と常陸の輝き(豚)を乗せた贅沢な「あん肝丼」など、様々なあんこう料理を楽しむことができます。

あんこうの宿 まるみつ旅館

北茨城市平潟町235 TEL:0293-46-0569

<http://www.marumitsu-net.com/>

【通販ショップ】<https://ankounabe.com/>



北茨城市の名店が勢ぞろい！全国あんこうサミット



全国あんこうサミットは、2014年から「あんこうどぶ汁」発祥の地である北茨城市が開催する食の祭典で、あんこう料理を一堂に集め、あんこうの美味しさ、素晴らしさを全国に発信することがテーマのイベントです。昨年度は新型コロナウイルスの影響で中止となりましたが、今年度は感染症対策をした上で、2023年2月12日(日)に開催予定です。全国から名店が集結し、各店自慢のあんこう料理で皆様をおもてなしします。

※新型コロナウイルスの感染状況により、中止となる可能性がございます。詳しくは特設HPをご確認ください。

日時：2023年2月12日(日)
会場：北茨城市漁業歴史資料館よう・そー (北茨城市関南町仁井田789)
主催：全国あんこうサミット実行委員会
問合せ：北茨城市商工観光課 TEL:0293-43-1111
特設HP：<http://www.kitaibarakishi-kankokyokai.gr.jp/page/dir000777.html>



NEW！あんこう鍋の自動販売機

汐騒の宿 暁園に
“あんこう鍋の自動販売機”



今年10月に、北茨城市で人気の民宿「汐騒の宿 暁園」の敷地内に、冷凍のあんこう料理を24時間購入できる自動販売機が2台設置されました。販売しているのは、あんこう鍋、どぶ汁、あん肝ペーストとあん肝オリーブ漬のセットで、手軽に自宅であんこう料理を楽しむことができます。

どぶ汁(1~2人前)3,500円、あんこう鍋(同)2,500円
あん肝ペーストとあん肝オリーブ漬のセット3,000円 ※すべて税込

汐騒の宿 暁園

茨城県北茨城市平潟町1519-23

TEL 0293-46-5891

<http://akatsukien.web.fc2.com/>



IBARAKI sense あんこうグルメ

あんこうと茨城野菜の小鍋と
つくば鶏の香味焼き御膳
ランチ:1,500円(税込)
ディナー:2,160円(税込)



※ディナーはワンドリンク、デザート付

いばらき冬の味覚
あんこう鍋コース
6,000円(税込)※要予約



茨城の旬の食材をふんだんに使った料理を提供している茨城県アンテナショップ『IBARAKI sense』のBARA dining では、11月1日より新メニューが登場し、茨城自慢の食材がたっぷり味わえる贅沢なメニューなどを堪能することができます。さらに、季節限定のいばらきの冬の味覚「あんこう鍋コース」の提供も始まり、あん肝を溶かした2種の味噌仕立ての特製スープが美味しい毎冬人気のコースを味わえます。

IBARAKI sense (イバラキセンス)

東京都中央区銀座1-2-1 紺屋ビル1階

TEL 03-5524-0818 <https://ibaraki-sense.com/>

そのほかの茨城の代表的な地魚

脂しっかり、貫禄の美味。茨城県の魚

ヒラメ



出荷量の多い時期: 12月～2月

水揚げの多い主な漁港: 平潟漁港・大津漁港・那珂湊漁港

茨城県の魚として選定されているヒラメ。「寒ヒラメ」といわれるように、冬に向け、豊富な餌を食べて肉厚となり、脂質の量が最大になる冬(12月～2月)が旬です。うま味の中心となるイノシン酸が豊富なため、淡白でありながらも濃厚な味わいで、刺身にも煮付けにもよく、春のタイと並ぶ高級魚です。令和2年の茨城のヒラメの漁獲水揚げ量は年間230トン、全国の漁獲量ランキングは7位となっています。黒潮と親潮がぶつかり合う茨城沿岸は、プランクトンが多く、小魚が集まります。この豊かな漁場でとれるヒラメは“常磐もの”(じょうばんもの)と呼ばれ、食通の方々や市場の間で高い評価を受けています。

ヒラメとカレイはよく似ていますが、「左ヒラメの右カレイ」と言うように、腹側を手前にして口が左側にあるのがヒラメ、右にあるのがカレイと判別できます。またヒラメはカレイに比べて口がかなり大きく、鋭い歯が並んでいるので、これも見分け方の一つです。

旨味あふれる、上質の青魚

マサバ

「青魚の王様」と呼ばれるほど栄養価が高いサバ。

中でも茨城産のマサバは分厚い身と肉質の良さ、豊かなうま味で、市場からの支持は絶大です。一般的にマサバは1年を通して漁獲されますが、茨城沖では北海道沖や三陸沖で餌を食べ脂をたっぷりため込み、南下してきた10月から3月下旬が漁期。11月から12月にピークを迎えます。漁獲直後から冷海水で一気に冷やし鮮度良く水揚げされたサバは、市場でサイズごとに仕分けられ、鮮魚やしめサバ、干物、缶詰などに加工されて市場流通します。

出荷量の多い時期: 11月～12月

水揚げの多い主な漁港: 波崎漁港・大津漁港



霞ヶ浦のダイヤモンド

シラウオ



出荷量の多い時期: 7月(下旬)～12月

水揚げの多い主な漁港: 霞ヶ浦・北浦の各漁港

シラウオは、明治から昭和にかけて霞ヶ浦で盛んに行われた「帆びき網漁」の主対象種として漁業者の暮らしを支えてきました。獲れたてのシラウオは透明でキラキラと輝いていることから、地元漁師には「(霞ヶ浦の)ダイヤモンド」と呼ばれています。シラウオは、ハゼ科の“シロウオ”やイワシの稚魚“シラス”とは別の種類で、寿命は1年です。

味は、淡白ながら甘味とほど良い苦味があり、脂肪が少なく、とてもヘルシー。また、カルシウムやミネラルをたっぷり含んでいて栄養満点。漁が解禁する夏に獲れるシラウオは体長4cmほどですが、秋・冬頃になると大きく成長し、佃煮やかき揚げなど様々な調理法で味わえるようになります。

■ 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: 東山(070-3266-6497)、五十嵐(080-5475-7972)

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)