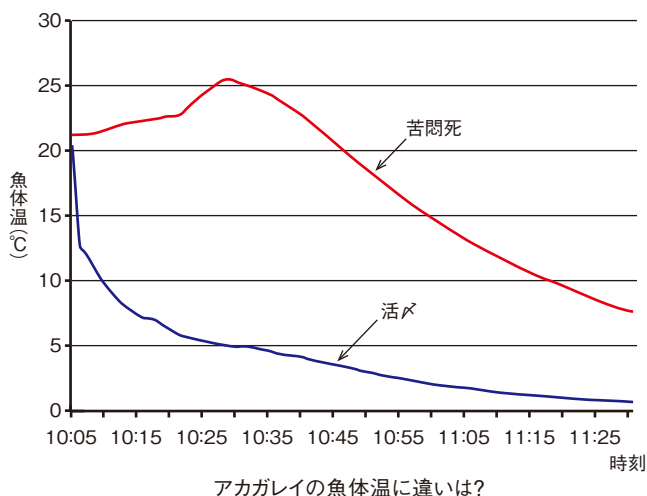


研究を知る

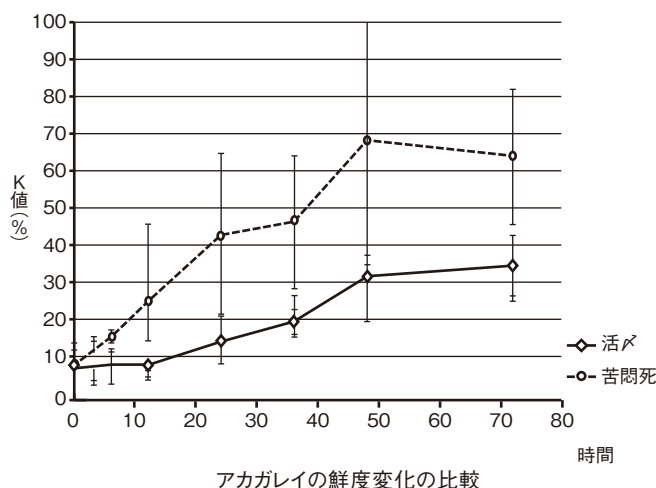
品質向上に関する試験の結果をお知らせします。

“新鮮”“安全・安心”な魚をお届けするため、 県内の漁業者も鮮度管理に取り組んでいます！

活締めすることにより
魚体温が早く下がります。



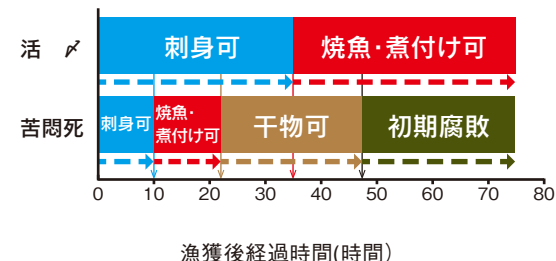
速やかに魚体温を下げることで、
身の持ちや色合いに違いが出ます。



活メと苦悶死の見た目の違いは？



アカガレイの鮮度変化からみた利用方法の違い



県内各地の漁協で、鮮度向上のため、
活メに取り組んでいます。

その中のひとつ、アカガレイ！

漁業者しか知らない味だった越前がれい(アカガレイ)の刺身。

鮮度を保つために神経メし、県内外へ出荷しています。

これまでは煮付けや焼魚、干物などに調理されていましたが、

刺身でも味わうことができるようになり、

より幅広い料理で越前がれいの美味しさを提供できるようになりました。



加工品を知る

福井県民が作り出し受け継いできた
美味なる加工品の数々を紹介します。



炙りへしこは酒の肴として人気です。少し糠を付けたまま焼くのが通の食し方。糠だけを炒っても美味です

地元ではサバやイワシやふぐ、イカなどのへしこもあります。各家庭で味が異なり、“おふくろの味”でもあります



今や全国区の伝統食。
ご飯にもお酒にも合い、料理の幅も広がる逸品。

へしこ

魚の腐敗を防ぎ、長期保存するために江戸時代から作られていたへしこ。主な原料ではサバが多く、仕込みは秋から冬にかけて行われます。内臓などを取り除いて約2週間塩漬けた後、糠で本漬け、約10ヵ月の熟成を経て完成します。暑い時期には、漬け込む樽からポコポコッと発酵する音も聞こえます。へしこは研究により健康効果も報告されています。青魚に含まれる成分ペプチドは免疫力アップや糖尿病の症状改善、血圧抑制などの効果が期待でき、糠に漬け込むことでより多く摂取できると言われます。その上、糠には肌に良いと言われるビタミンEも含むので、まさに健康的食品といえるでしょう。

江戸時代の書物にも登場小鯛使用の若狭の名産品

小鯛の笹漬

小鯛はやや黄色を帯びた薄紅色で、標準和名はキダイ(黄鯛)と言います。年間を通して若狭湾で水揚げされ、高タンパク質で真鯛よりも脂質が少なく、ヘルシーな味わいです。そんな小鯛が獲れすぎた苦肉の策の塩漬け料理が笹漬けのルーツだとされています。その後、酢が加わり、笹の葉を使用して杉樽に詰める保存法が考案されました。杉樽が魚の余分な水分を吸収して旨みを凝縮、短期熟成を可能にしたのです。杉樽を開けると、独特の木の香りがほのかに漂い、食欲をそそります。現在では小鯛の他、サヨリやキス、アマダイ、小アジ、ノドグロなどの多彩な笹漬け商品があります。平成29年11月10日「若狭小浜小鯛ささ漬」として地理的表示保護制度(GI)に登録されました。



小鯛は地元ではレンコダイとも呼ばれており、江戸時代の書物(日本山海名産図会(1799年))にも登場しています



水揚げ直後の新鮮な小鯛をすぐに3枚に下ろして加工。1枚1枚丁寧に手作業で捌き、仕込んでいきます



食の世界遺産に認定された先人の知恵が生んだ発酵食

鯖のなれずし

小浜市に古くから伝わる発酵食品として今なお親しまれている伝統料理です。各家庭でその味は異なりますが、へしこ(次ページ参照)を塩出しして、ご飯に麴をまぜたものを背開きしたサバの中に入れて閉じるのは同じです。晩秋から春先に作るのが最適で、正月や祭事など、大勢が集まる時や節目行事のご馳走として食されています。漬け込むほどに旨み成分の“すえ”が増し、“海のチーズ”とも言われるほど風味豊かで、ほんのり甘みがある深い味わいに仕上がります。その独特の味は1994年(平成6年)、食の世界遺産「味の箱舟」にも認定されました。



内外海半島の漁村では、へしこから作るのが一般的ですが、作り方や味付けは少し現代風になっています。食べ方もそれぞれで、ごはんを付けたまま食べる人や軽く焼いて食べる人もいます。酒の肴としても最適です

NEWS 鯖のブランド化を目指して養殖事業を開始。

日本遺産「鯖街道」の出発地点にあたる小浜市は、「鯖、復活プロジェクト」を進めています。その一環として、平成29年度からブランド化を目指してサバの養殖事業にも取り組んでいます。市内の旅館で刺し身などで提供され、好評を呼んでいます。



新わかめは柔らかく、小さいものは芯まで食べられます。お湯にさっとくぐらせるわかめのしゃぶしゃぶも美味

わかめ漁の時間は、早朝6時30分から1時間のみ。乱獲を防ぐための掟としてしっかり守られています



すべて手作業でできあがる磯の香りが芳しい天然食

もみわかめ

毎年4月下旬に、三国町ではわかめ漁が解禁となります。地元の海女さんが木の桶を海面に浮かべて素潜りし、根元から手でこぐ(折る)のが主な漁法です。獲りたての天然わかめは芯とめかぶに取り分けられ、ゴザの上に一枚ずつ丁寧に並べて干していきます。乾いたものから手で揉むことで、もみわかめ(粉わかめ)が完成します。この一連の作業は、丸一日をかけて行われており、天候や乾燥具合を見ながらの海女さんが作業する姿は、春の風物詩となっています。品質の良い天然わかめを使い、全工程を手作業で行うとあって価格は少々割高ですが、食せば納得の美味しさです。



写真上は味付け缶の一つで、大型のサバを特製熟成醤油ダレでじっくりと煮込んだものです。鯖缶は複数販売されていますが、どれも“鯖”の文字が目印。そのまま食べるのも美味しいですが、独自のアレンジを加えても美味です

写真左は丸焼きサバです

鯖街道から発展した鯖文化
アイデアが光る名品揃い

さば 加工品

古来より若狭地方は、朝廷に海の幸を献上する「御食国(みけつくに)」として知られていました。かつては福井県沿岸ではサバが大量に水揚げされており、特に若狭湾で獲れたサバは一塩し、「鯖街道」を経由して京の都へ届けられ、京の食文化を彩り、支えてきた歴史があります。

一方で庶民の間でもサバを食する文化はあり、より美味しく食べるための調理法や料理、郷土料理も考案され、それらは福井の食文化の礎にもなっています。例えば、サバ一尾を豪快に焼き上げる丸焼きサバは、嶺南・奥越地方に伝わる夏のスタミナ源として知られています。さらに全国的に広まるへしこ他、しょうゆ漬け、サバ寿司、焼き鯖寿司、味付け缶詰、味噌煮な

ど、サバを知り尽くしている地元だからこそその味わい方が数多くあります。

中でも販売数を伸ばしているのが味付け缶詰です。県内でも数社が製造販売しています。味噌や醤油などの定番味の他、唐辛子入りや生姜入りなどアレンジされたものも人気です。焼き鯖寿司は、十数年前に空弁に登場してからブームになりました。ふっくらと焼き上げた焼き鯖と福井県産コシヒカリとの組み合わせを基本に味付けや具材は各店ごとに異なりますがどれも美味。ご飯のおともに最適な焼き鯖そぼろ、パンに焼き鯖を挟んだ焼き鯖バーガー、サバの中に明太子を詰めたごうじょう鯖などもあります。



焼鯖寿司は定番化され、空港や高速道路のSAなどでも販売。アレンジされた煮鯖寿司なども登場しています



鯖のへしこの上身を包丁でたたき、調味料や山椒などを混ぜ合わせ、火でじっくり練り上げた珍味「ねりさば」



練り物を作るには最適な原料であるエソや小アジ、トビウオなどの小魚を丁寧に捌き、ミンチ状にして油で揚げます



地元の小中学校を中心に魚の捌き方や地元で獲れる新鮮で美味しい魚を使った料理の指導を行っています



地元大島で獲れた小魚を美味しく食する工夫から誕生

しまジャコ天

若狭湾にある大島半島の先、大島地区。さまざまな魚介類が水揚げされる中、市場に出せない小さな魚も多くあります。そこで大島漁業協同組合の女性部員が「小魚を何とか有効活用できないか？」と団結して発足したのが『島じゃこ倶楽部』です。そして同倶楽部の看板商品として作られたのがしまジャコ天です。魚をすりつぶして平らにして揚げただけのシンプルな練り製品ですが、材料である魚が新鮮で美味しいだけに、しまジャコ天の味は思わずもがな。揚げたてはもちろん、冷めても美味しいと評判です。

地元の食材を巧みに使った女性部らしい感性が光る品

ぎばちゃん

ぎばちゃんとは、ギバサ(またはギンバソウ)と呼ばれる海藻アカモクです。魚の最適な棲みかであり、良質な漁場の確保に役立つ一方、福井市越廼漁港周辺では漁船のスクリューにも絡まりやすい“邪魔モク”として疎んじられていました。しかし近年、食物繊維やポリフェノールが豊富なこと、さらに学術機関の研究では、高血圧抑制と血糖上昇予防、コレステロール低下に効果があると言われるフコイタンも豊富であることが判明。それを受けて、地元漁協の女性部が一念発起。柔らかい芽の部分だけをつまみ、さっとゆでて鮮やかな緑色に仕上げ、とろみのある加工品を誕生させました。



「この漁業協同組合女性部ぬかちゃんグループ」では、地元産の材料を生かした創作料理やレシピを開発しています



茶色の海藻が、さっと茹でると鮮やかな緑色に変わり、ぬめりも出てきます。「このぎばちゃん」として販売中です





高浜町内にある「うみから食堂」では揚げたととまるをトッピングしたうどんを提供。出汁との相性も抜群

利用の少ないシイラやエソが
町の文化に合う食材へ変身

低利用魚 加工品

ととまるは小骨の多いエソ
を骨ごとすりつぶし、食感
を残す粗挽きタイプとの2
つの味を提供している

小さく捌いたお魚を串に刺した「くし
もん」も人気で、バーベキューの際、
片手で手軽に食べられるのが魅力



京都舞鶴市と福井県小浜市の中間に位置する高浜漁港を有する高浜町では「海の6次化プロジェクト」として漁業を盛り上げようという機運が生まれています。その中でもシイラやエソなど、現代の食文化に合わない魚も水揚げされてきています。

これまであまり利用されることのなかった低利用魚をブレンドして、すり身団子にした「ととまる」は大ヒット商品の一つ。白い砂浜海岸が広がる高浜町だからこそ、バーベキューの食材になるように串で食べるようなスタイルでも味わうことができ

るほか、ミートボールやつくねの代わりに、さらには鍋にも使え、より魚を身近に食べてもらえるようにと開発されました。そんな「ととまる」を皮切りに、次々と新しい商品を開発しているのは『まちから株式会社』の名里さん。低利用魚の美味しさに気付いていない人も多いため、いろいろな調理法のバリエーションも伝える工夫も行いながら、より多くの人に食べてもらえるよう尽力しています。



〈開発者〉
まちから株式会社
代表取締役社長
名里裕介さん

福井県へのアクセスMAP

わっぺんきとっけの〜



JR

- 東京** 北陸新幹線「かがやき」の利用が最も早く行くことができます。また、東海道新幹線「ひかり」を利用し、米原駅にて北陸本線の特急「しらさぎ」に乗り換える方法もあります。敦賀駅から福井駅までは北陸新幹線「つるぎ」またはハピラインふくい線（並行在来線）を利用します。小浜方面へは、敦賀駅で小浜線に乗り換えます。
- 名古屋** 米原駅まで東海道新幹線を利用し、米原駅にて北陸本線の特急「しらさぎ」に乗り換える方法が最も早く行くことができます。敦賀駅から福井駅までは北陸新幹線「つるぎ」またはハピラインふくい線（並行在来線）を利用します。なお、名古屋駅から特急「しらさぎ」を利用すると、敦賀駅までは乗り換えなしで行くことができます。
- 大阪** 大阪～敦賀間の特急「サンダーバード」を利用して行くことができます。

高速バス

東京～福井を夜行バスが、名古屋～福井と、大阪～福井および大阪～小浜を昼行バスが、それぞれ毎日運行しています。座席は全席指定で予約制です。

飛行機

石川県の小松空港が空の玄関口となります。東京、札幌、仙台、福岡、沖縄からアクセスできます。

車

- 東京** 東京～福井ICまでは、東名高速道路経由と中央自動車道経由、関越自動車道経由の3つのルートがあります。
- 名古屋** 名古屋～福井ICまでは、名神高速道路・北陸自動車道経由がメインルートとなります。大野・勝山方面へは、一宮JCTで東海北陸自動車道に乗り換え、白鳥ICから油坂峠道路に入り、国道158号線に入るルートもあります。
- 大阪** 大阪（吹田IC）～福井ICまでは、名神高速道路・北陸自動車道経由が一般的です。若狭方面へは中国自動車道から舞鶴若狭自動車道経由して行く方法もあります。大野・勝山方面へは、名神高速道路を経由して一宮JCTで東海北陸自動車道に乗り換え、白鳥ICから油坂峠道路に入り、国道158号線に入るルートもあります。