

気仙沼水産漁港部だより



2022
12

今月のオススメ食材は「アワビ」です！

○特徴

宮城県に生息するアワビは、エゾアワビと呼ばれる種類で、茨城県以北の太平洋側と北海道の日本海側の波の荒い岩礁域に生息しています。

平たい姿をしています。実は巻貝の仲間。殻をよく観察すると突起状の盛り上がった部分に巻貝らしき模様を見つけることができます。

県内の漁業協同組合ではアワビ資源の維持・増大を図るため、(公財)宮城県水産振興協会が生産した稚貝を購入し放流しています。3cmで放流すると3~4年で9cmを超え、漁獲サイズにまで成長します。

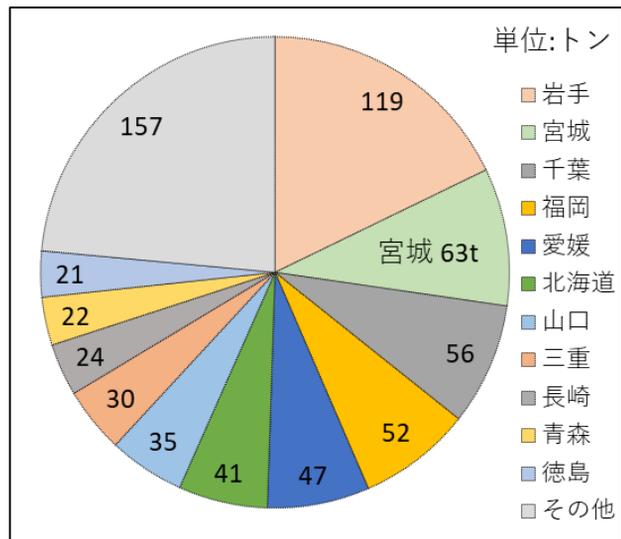


○季節感・地域性など

宮城県は、全国有数のアワビ漁獲量を誇り、気仙沼市や南三陸町では毎年11月から12月にかけてアワビ漁が行われます。箱めがねで海底をのぞき込み、竹竿などの先端につけたカギで漁獲します。

資源保護のため、アワビ漁は「開口日」という漁業協同組合が設定した特定の日にのみ実施されます。開口日は年に2~5日程度しか設定されないことから、漁業者にとって冬の一大イベントであり、開口日の早朝に多くの小舟が漁場に出てアワビ漁を行う様子は季節の風物詩となっています。

アワビの盛漁期である冬は、沿岸各地の道の駅などで直売会が開催され、入手機会が多くなります。食卓を彩る料理はもちろん、おせちの具材など、旬を迎えたアワビをぜひお楽しみください！



都道府県別アワビ漁獲量 (令和2年)



「みやぎ水産の日」とは

宮城県には、身近においしくて
豊富な海の幸があるのを御存知ですか？

県では、もっとも県民の皆さんに宮城のおいしい水産物を知って、食べてもらおうと毎月第3水曜日を「みやぎ水産の日」と制定しました。水産むすび丸と一緒に、宮城のおいしい水産物をPRしていきます。みんなで食べてけらいん!

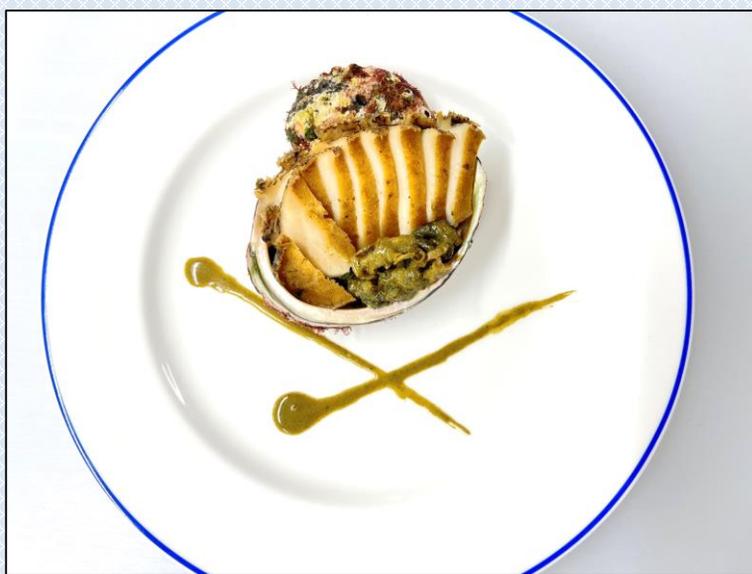


アワビのおすすめ料理😊

アワビの白ワイン蒸し ～肝バターソース～

【材料】

① アワビ	1個
② 白ワイン	100cc
③ 水	200cc
④ 塩	ひとつまみ
⑤ ローリエ	1枚
⑥ アワビの肝	1個分
⑦ 白ワイン	10cc
⑧ バター	小さじ1
⑨ 醤油	大さじ2
⑩ 生クリーム	大さじ1
⑪ 仕上げバター	5g
⑫ 塩・胡椒	適量



レシピ提供：気仙沼リアス調理製菓専門学校
<https://koyo-gakuen.ac.jp/rias/>
食材提供：宮城県漁業協同組合
<https://www.jf-miyagi.com/>

アワビの白ワイン蒸し

- (1) アワビに塩をかけタワシでぬめりや汚れをこすり落とす。殻から外し肝(⑥)と分ける。
- (2) 鍋にアワビの身と②③④⑤を入れ蓋をして、10分間中火で蒸し煮する。
- (3) 食べやすい大きさに切り、盛り付ける。

肝バターソース

- (4) 鍋に⑥⑦を入れ、しゃもじでつぶすように混ぜる。
- (5) 鍋に⑧⑨を加え、加熱する。
- (6) 火が通ったら⑩⑪⑫で味を調え、白ワイン蒸しに添えて完成。



発行：宮城県気仙沼地方振興事務所 水産漁港部
<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/ks-tihouken-sg/>

