

村上には、小気味よい味の魚が揃っています！

新潟県内でも有数の水揚げを誇る2つの港。
村上沖は、魚の種類が多く、肥沃な漁場が広がっています。

昔から鮭の遡上する川で、世界に先駆け、鮭の自然保護増殖に成功し、鮭文化が発展しました。

三面川

MIOMOTE GAWA

村上市の市街地から近くにある港。多くの漁船が停泊するほか、粟島への離島航路もここから出発しています。

岩船港

IWAFUNE KOU

荒川

ARAKAWA

国の名勝および天然記念物に指定され、日本百景にも選定された県下有数の海岸景勝地です。

笹川流れ

SASAGAWA NAGARE

桑川漁港

KUWAGAWA GYOKOU

新潟県の最北に位置する旧山北町内にある漁港。底びき網漁船、板びき網漁船が多く在籍しています。

寝屋漁港

NEYA GYOKOU

勝川漁港

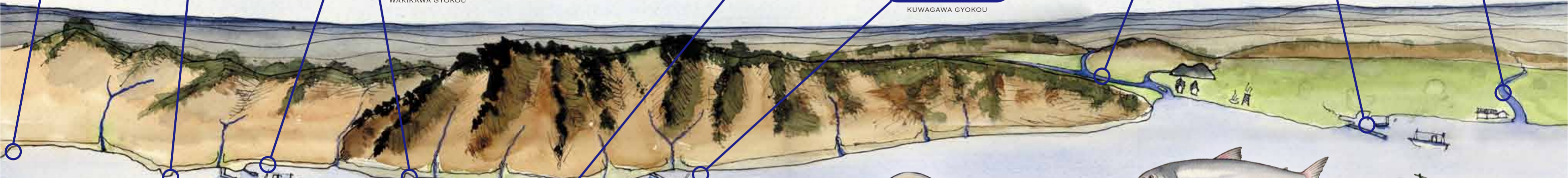
WAKIKAWA GYOKOU

府屋漁港

FUYA GYOKOU

中浜漁港

NAKAHAMA GYOKOU



イワノリ

新潟県内でイワノリと呼ばれるものには数種類があり、その総称のようです。日本海は冬期間、荒波が続きますが、まれにある波の穏やかな日には、岩場でノリ摘みを行う漁業者が多く見られます。イワノリは岩から数cmの短さで生えているため、道具で刈るのが難しく、すべて手作業で摘み取ります。採集のあとは、砂や不要なものを取り除き、洗って、巻き寿司を作るときのような「すのこ」などに広げて天日干しします。別種である養殖ノリよりも歯ごたえがあり、いわゆる磯の香りや風味が濃いのが特徴です。軽く炙ってそのまま食べたり、イワノリおにぎり、味噌汁などにしておいしく食べられます。

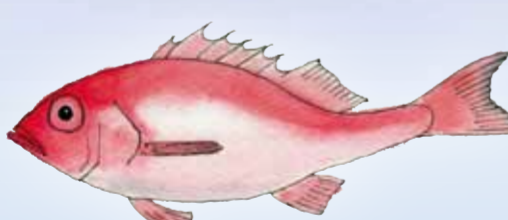


サザエ

比較的浅い、海藻の茂る岩場に多く暮らしていて、夏に多く獲られています。素潜りのほか、小型の船に乗って、船上から箱メガネと呼ばれる道具で水中を見ながら、サザエの殻を挟むための金属製の道具が付いた長い竹竿を用い、採集することもあります。つば焼き、お刺身、炊き込み御飯の具などでおいしく食べられます。

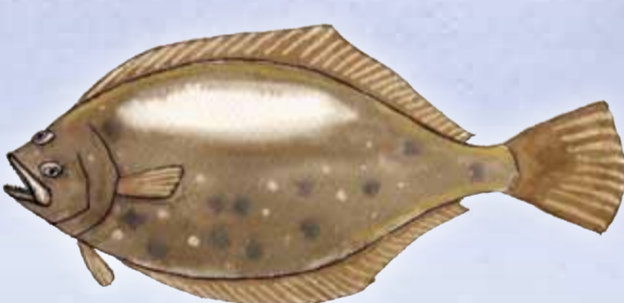
イワガキ

村上沿岸の浅い澄んだ海の岩場に多く生息しています。岩底に付いた岩がきを漁師さんが道具を使い素潜りで岩からはがして漁獲しています。マガキと異なり夏が旬です。活きたカキの殻を開け、ふりっとした身にレモンやポン酢などをかけて「生がき」として食べるのがオススメです。海のミルクと称される濃厚な食味が口中に広がります。



モズク

近年では、沖縄県で養殖された軟らかいオキナワモズクが量販店などで多く見られますが、村上市内で獲られるのは、主にイシモズクと呼ばれる歯ごたえの良い天然モズクです。漁師さんは小型の船に乗り、船上から箱メガネと呼ばれる道具で水中を見ながら、岩から生えるモズクを長い竿の先に巻き付けるように獲ります。酢の物にして、噛んだときにぱりぱりと口の中で音のする歯ごたえを楽しみます。また、天ぷらもおいしく食べられます。



アワビ

主にクロアワビのことを指します。山と川が近く、森の栄養分が豊富に海に流れ込む海岸線「笹川流れ」の岩礁域はアワビがすくすくと育ちます。夏が漁獲の最盛期。お刺身や中華料理など、どんな調理法でもおいしく食べられます。



サケ

【漁期：10～12月】

川で生まれ、アラスカ付近の海で育ち約4年後に生まれた川に戻ってくる習性を持つお魚です。村上沖を流れる三面川は、江戸時代に当時の村上藩が日本初のサケの保護増殖である「種川の制」に取り組んだ川として知られています。このことから、村上地域では古くからサケの食文化が開花しました。塩干品である「塩引き」、内臓を使った「なわた汁」、頭部の「水頭(ひず)」を使った「水頭なま」など様々な部位を活用した料理が伝わっています。



サクラマス

サケと同じように、川で生まれ、海で育ち、桜の咲く時期に生まれた川に戻ってくる習性があります。川に留まるものは「ヤマメ」と呼ばれています。上品な脂が特徴でファンのお魚ですが、近年漁獲量が少なく、希少価値から高値で取引されています。塩焼きが一般的ですが、煮魚にしてもおいしい味わいが引き出されるお魚です。



シロギス

【漁期：4月～3月】

普通は単にキスと呼ばれることが多い小型のお魚です。大人の背が立つような浅い砂浜の海岸から水深50mくらいまでの比較的浅い水深の海底近くに暮らしています。このため、海岸からの投げ釣りで釣ることもできます。また、漁業者は、刺網で獲ることが多いです。上品な白身で、お刺身、フライ、天ぷら、塩焼きなど幅広い調理が可能です。



カナガシラ

【漁期：9～6月】

オコゼのように頭の骨が大きいのが特徴です。赤い魚ですが、身は白身で、刺身、フライ、味噌汁の具などにしておいしく食べられます。比較的安価で売られていることが多いですが、美味しさでは実力を持ったお魚です。この地域では、この魚を食べると女性の母乳が良く出るようになるという伝説があります。



タコ

【漁期：(マダコ)9～11月(ミスダコ)12～3月】

浅い岩礁域に多い小型のマダコ、水深150m前後にも生息する大型のミスダコの2種類が多く獲られています。マダコは、秋になると波打ち際近くまで移動してくるから、エサに似せたものを先端に付けた竹竿でマダコを隠れている穴から誘い出し、もう一本のかぎ針で引っかけて獲る「タコさすり」漁も行われています。茹でてから刺身、味付けし煮たあとに干す「味タコ」などにして食べられています。ミスダコは多くは板びき網、底びき網で獲られています。マダコよりもやわらかいのが特徴で、おにも茹でてから刺身やタコしゃぶにして食べられています。



アカムツ

【漁期：7月～12月】

口の中を見るとのどの奥が真っ黒なので、一般的には「ノドグロ」と呼ばれています。近年、テレビ番組の中では「白身のトロ」と紹介されるほど、脂がのっておいしいお魚です。新潟のお魚の中でも最も高価なお魚の一つです。塩焼き、干物、刺身、寿司などなどに利用されることが多いです。



マガレイ

【漁期：9～6月】

この地方ではクチボソガレイ、クチボソとも呼ばれます。水深100m付近の海底に棲み、底びき網や板びき網で獲られることが多いです。塩焼き、煮物、唐揚げなど用途の広いカレイです。

ヒラメ

【漁期：4～6月、9～12月】

カレイに似ていますが、絵のとおり左向きなのと、小魚を捕えるための鋭い歯がならぶ大きな口が特徴です。魚体もカレイ類よりも大きくなり、1m近くまで成長します。水深50～100m付近の海底に生息しています。村上だけでなく下越地域を代表する刺身用のお魚です。

マダイ

【漁期：5～6月】

普通は単にタイと呼ばれています。この地域には近縁種にやや小型のチダイというよく似たタイもいます。全国的にも古くから結婚式の料理やお祝い事などで食べられてきた魚です。水深50mから150m付近に生息しています。定置網やごち網と呼ばれる漁業で多く獲られます。刺身、塩焼き、潮汁などお食の中心をなす魚とも言えるでしょう。



ヤナギムシガレイ

【漁期：9～12月】

水深100m付近の海底に生息しています。柳の葉のように体型が細身のカレイです。主に板びき網漁業により漁獲されます。村上沖には多くの種類のカレイ類がいますが、「一夜干し」にしてからさっと焼いて食べるほかのきれいは異なる繊細な上品な味わいがあるため、ファンが多いカレイです。最近では、刺身やフライなど様々な調理法も紹介されています。



アンコウ

【漁期：11～2月】

正式名称はキアンコウです。ふつうはアンコウと呼びます。水深150m付近の海底に生息しています。村上沖では、秋から春にかけて主に底びき網で漁獲されます。奇妙な見た目にはありますが、味が良く、身はもちろんですが、肝、皮など捨てるところがないといわれるくらいです。冬に肝臓へ栄養を蓄えることから「あんこう鍋」、「あん肝」を冬に食べるイメージがあるかもしれませんが、身の「から揚げ」は他の季節でも美味しい食べ方です。



ニギス

【漁期：9～6月】

単にギスと呼ばれることが多いお魚です。水深200m程度に生息し、底びき網で大量に獲ることがあります。名前や体型はシロギス(キス)に似ていますが、分類的には近縁種ではありません。大型のものは煮魚やフライなどに、小型のものはすり身団子にして味噌汁の具などに利用されます。



ズワイガニ

【漁期：10月～3月】

水深200mより深い海底で底びき網などで獲られています。オスとメスで大きさが異なり、大きく成長するのはオスです。冬がおいしいとされ、ゆで、焼き、鍋物の具などにしておいしく食べられます。近年、この地域でも産地を示す「タグ」とよばれる目印が付けられているものもあります。

越後むらかみFOOD(風土)プライド食のモデル地域構築計画協議会

越後むらかみFOOD(風土)プライド食のモデル地域構築計画協議会は、村上地域の美味しい水産物に注目し、地域の活性化を図ることを目的に、平成25年7月に設立しました。持続可能な漁業の促進と、観光客の増加、交流人口の増加、そして様々な産業への波及を最終目標としています。村上の地域全体がFOOD(風土)プライド(誇れる食で地域が元気になる)となるよう協議会の取組みに賛同して頂ける人の輪が広がることを願っています。

〒958-0000 新潟県村上市岩船3270番地(村上市民ふれあいセンター内) TEL0254-52-0201

http://www.fish.niigata.jp/



村上風土誇
FOOD PRIDE