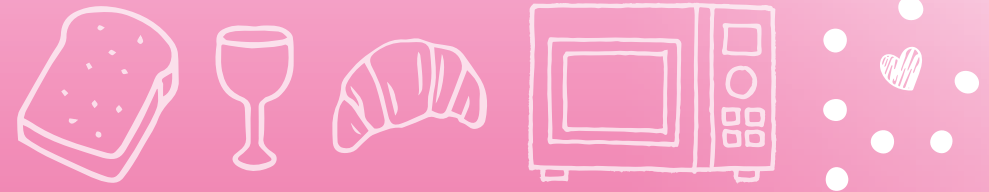




第24回シーフード料理コンクール審査委員 (敬称略)

- 〈審査委員長〉 服部 幸應 学校法人服部学園 服部栄養専門学校 理事長・校長
 井上 幸洋 割烹井上 代表取締役
 さかなクン 国立大学法人 東京海洋大学 名誉博士・客員教授
 農林水産省 お魚大使、JF 全漁連 食普及推進委員
- 関口 智幸 学校法人服部学園 服部栄養専門学校 西洋料理首席教授
 田口 道子 管理栄養士、料理研究家
 長沢 美津子 おさかなマイスター、朝日新聞編集委員
 平沢 裕子 産経新聞社東京本社 編集局 文化部 記者
 三浦 秀樹 全国漁業協同組合連合会 常務理事
- 〈特別審査委員〉 馬淵 知子 マブチメディカルクリニック院長、学校法人食糧学院 学院長

- 主催** 全国漁業協同組合連合会 (JF 全漁連中央シーフードセンター)
- 後援** 農林水産省 NHK 一般社団法人大日本水産会
 プライドフィッシュプロジェクト企画委員会
- 特別協力** 全国共済水産業協同組合連合会 全国漁業共済組合連合会
 全国漁連のり事業推進協議会
- 協力** 日本おさかなマイスター協会 一般社団法人日本さかな検定協会
 公益社団法人全国調理師養成施設協会
 一般社団法人全国栄養士養成施設協会
 全国高等学校家庭クラブ連盟 全国家庭科教育協会
 一般社団法人全国料理学校協会
 NPO 日本食育インストラクター協会 海と魚と食を考える会
 パルシステム生活協同組合連合会 一般社団法人 ChefooDo
- サポート協力** 服部栄養専門学校
- 撮影** 高木 成和
- 印刷・製本** 共立速記印刷株式会社



第24回 シーフード料理コンクール

みんなでうお活 ~おいしくてごめん~



テーマ
みんなでうお活～おいしくてごめん～

第24回シーフード料理コンクールは、全国から寄せられた2,366作品の応募の中から、魚活チャレンジ部門とプロを目指す学生部門の2部門計14作品が最終審査に臨み、服部幸應審査委員長（学校法人服部学園 服部栄養専門学校 理事長・校長）ほか計9名が審査を行い、入賞作品が決定しました。

水産物は、DHA・EPAなどの不飽和脂肪酸や良質なたんぱく質を多く含むことや、健康効果に関する研究例では、生活習慣病になりにくい、脳の働きが良くなるなど、優れた栄養特性と機能性を持っており、健全な食生活を送る上で重要な食料となっています。この「シーフード料理コンクール」は、国産水産物を使ったお魚料理を競うだけでなく、皆様の食生活において、お魚をより身近に楽しんでいただくとともに、その美味しさを再発見していただきたいという思いから実施しております。水産物は元来、持続可能（サステナブル）な資源であり、国産水産物を食べることは、SDGs（持続可能な開発目標）にも意識を向ける機会となります。水産物がサステナブルな食であることも含め、毎日の生活の中でお魚を食べていただく機会が増えるよう願っております。

このコンクールに作品を寄せられた皆様に対し、厚く御礼申し上げますとともに、後援・協力団体、審査委員、関係各位に対しまして心より感謝申し上げます。

2024年3月

Map of Japan with regional food photos and page numbers:

- 北海道 P 14
- 山形県 P 8
- 茨城県 P 8
- 栃木県 P 14
- 千葉県 P 9
- 東京都 P 6
- 東京都 P 12
- 宮城県 P 15
- 岡山県 P 4
- 兵庫県 P 10
- 三重県 P 13
- 静岡県 P 7
- 静岡県 P 9
- 沖縄県 P 15

●学校奨励賞●
八尾市立龍華中学校（大阪府）
鹿屋中央高等学校（鹿児島県）



- ・大さじ1は15mL、小さじ1は5mLです。・1カップは200mLです。1合は180mLです。
- ・電子レンジ、オーブン、フードプロセッサなどはご使用の機種の使用説明書に従って、正しくお使いください。
- ・調理時間の目安は、約50分です。但し、炊飯、事前準備などの時間は含まれていません。

シーフード料理コンクールの様子は、
プライドフィッシュWEBサイトで公開中。
これまでの受賞作品もご覧いただけます。





サワランチム

福田 真子さん 岡山県

岡山県立総社高等学校家政科3年

昔から岡山県民に愛されている海の幸といえばさわら。韓国料理である「ケランチム」に岡山のさわらを入れてみました。簡単に作れて、ほろっととろとろ食感がたまらない味わいで美味しいです。

委員からのコメント ほんのりごま油が香るやさしい味でおいしい。レンジで簡単に作れるところがよい。

主な魚介藻類／さわら

主材料・2人分

さわら…80g
むきえび…40g
長いも…80g
卵…2個
冷凍枝豆…適量
【A】水…200mL
【A】鶏ガラスープの素…小さじ1
ごま油…小さじ1
韓国のり…適量

作り方

- ①さわらはひと口大に切り、塩と酒各少々をまぶす。耐熱ボウルに【A】、さわら、えびを入れてラップをし、600Wの電子レンジで1分ほど加熱する。さわらとえびはとり出す。蒸し汁はとりおきます。
- ②長いもは半量を5mm厚さのいちょう切りにし、残りはすりおろす。
- ③ボウルに卵黄と卵白を分け、それぞれ泡立てて塩少々を混ぜる。卵黄に②のすりおろしを加えて混ぜ、ごま油と①の蒸し汁を加えて混ぜる。さらに卵白を加え、少しかたまりが残る程度に混ぜる。
- ④耐熱の器に①のさわらとえび、枝豆、②のいちょう切りを、飾り用に少量ずつとりおいて入れる。③を流し入れ、ラップをふんわりとかけ、600Wの電子レンジで3分加熱する。
- ⑤とり出して飾り用のさわらとえび、枝豆、長いものをのせ、ラップをふんわりとかけて600Wで3分ほど加熱する。韓国のりをちぎって散らす。



水産庁長官賞

海と畑の元気ボール入り豆乳スープ 森島 莉三香さん 東京都

調布市立国領小学校5年

主な魚介藻類/しらす

主材料・2人分

- しらすボール
釜揚げしらす…50g
もめん豆腐(水きりしたもの)…90g
れんこん…25g
卵白…1/2個分
【A】酒、うす口しょうゆ、みりん…各小さじ1
【A】砂糖…5g
【A】おろししょうが…5g
【A】小麦粉…8g
くず粉…小さじ1
- しらすせんべい
釜揚げしらす…15g
水ときかたくり粉…大さじ1
- 豆乳スープ
白だし…25mL
水…250mL
うす口しょうゆ…小さじ1/2
無調整豆乳…40mL
- 小松菜…1束
山椒オイル…少々
ゆずの皮(すりおろし)…少々

作り方

- ①しらすボールを作る。れんこんは粗みじん切りにし、ゆでて粗熱をとる。豆腐、しらす、卵白と合わせ、【A】を加えて混ぜる。6等分にする。
- ②ラップを6枚広げてくず粉を等分にふり、①のをせて平丸形に丸める。ラップのまま、蒸気の上があった蒸し器で10分蒸す。
- ③しらすせんべいを作る。しらすと水ときかたくり粉を合わせ、オープンペーパーに薄く広げて、200度のオープンで10分焼く。
- ④豆乳スープを作る。鍋に材料をすべて合わせて温める。
- ⑤小松菜はゆで、粗熱をとってざく切りにする。④に入れてさっと温め、とり出す。
- ⑥蒸し上がった②を焼き台で片面だけ焼き、焼き色をつける。器に盛って④を流し入れ、⑤を添える。山椒オイルとゆずの皮をふり、③を添える。

私の大好きなしらすと栄養価の面でも相性の良い豆腐と豆乳を使用しました。れんこんの食感、しらすボールのふんわり食感と香ばしさ、豆乳の優しい味わいで仕上げています。小松菜の色味と山椒オイルと柚子を使った、日本の食材の香りを感じさせる一品です。

委員からのコメント 幅広い年代に好まれるアイデア料理。しらすせんべいもアクセントになっていておいしい。

全国漁業協同組合連合会会長賞



3種のカツオとダシティーヤ 野村 享平さん 静岡県

主な魚介藻類/かつお

主材料・2人分

- トルティーヤ(6枚分)
薄力粉…120g
オリーブ油…大さじ4/5
水…60mL
塩…小さじ1/4
かつお節…2g
顆粒だしの素…小さじ1/2
- みそかつお
かつお…40g
【B】合わせみそ…小さじ1
【B】酒、みりん…各大さじ1
いりごま…適量
大葉…小4枚
- バジルかつお
かつお…40g
バター…10g
【C】バジルソース…大さじ1
【C】こしょう…適量
【C】粉チーズ…適量
バジルの葉…6枚
レモンの皮…少々
- 麻辣かつお
かつお…40g
【A】ラー油、花椒、こしょう…各適量
【A】豆鼓醬、豆板醬…各小さじ2
サンチュ…2枚
糸唐辛子…適量

作り方

- ①トルティーヤを作る。ボウルに材料をすべて合わせて混ぜ、ラップをして室温に30分ほどおく。
- ②かつおはそれぞれさいの目切りにし、かたくり粉を表面にまぶす。にんにく、しょうが、白ねぎの半量は粗みじん切りにする。残りのにんにく、しょうが、白ねぎと、みょうがはせん切りにする。
- ③【麻辣かつお】フライパンにサラダ油、②のにんにくとしょうがの粗みじん切りを入れ、弱火にかける。香りが立ったらかつおを加えて炒め、表面に火が入ったらとり出す。フライパンにAと②の白ねぎの粗みじん切りを入れて炒め、かつおをもどし入れてなじませ、とり出す。
- ④【みそかつお】フライパンにサラダ油と②のしょうがのせん切りを入れて弱火にかける。香りが立ったらかつおを加えて炒め、表面に火が入ったらとり出す。フライパンにBを合わせて炒め、かつおをもどし入れてごまを加えて混ぜ、とり出す。
- ⑤【バジルかつお】フライパンにバターと②のにんにくのせん切りを入れて弱火にかける。香りが立ったらかつおを加えて炒め、表面に火が入ったらとり出し、Cである。
- ⑥①を6等分し、直径11cmくらいに丸くのばす。フライパンで両面を軽く焦げ目がつくまで焼く。器に並べ、【麻辣かつお】はサンチュを敷いて③のをせ、糸唐辛子と②の白ねぎのせん切りを飾る。【みそかつお】は大葉を敷いて④のをせ、②のみょうがのせん切りを飾る。【バジルかつお】はバジルを敷いて⑤のをせ、レモンを飾る。

かつおを使った和洋中の3品を、かつお出汁香るトルティーヤで包みました。誰もが「かつおってこんなに美味しかったんだ」と思う、また食べたくなるような逸品です。他の味付けも試したくなる発想が湧いてきます。

委員からのコメント 和洋中の三種の味つけのアイデアがよく、おつまみとしても楽しめそう。

たら福! 海老香るアジフライ

大日本水産会会長賞

玉谷 貴子さん 山形県

主な魚介藻類/
あじ・あまえび・たらこ

♡♡
アジフライを豪華にし、
家族も満腹になってくれたら
嬉しいと思って作りました。
あまえび(べにえび)の殻を
パン粉に加え、
えびの香ばしさをまとう
アジフライです。
頭も骨も素揚げにしました。



委員からのコメント ポリュームたっぷりの贅沢なアジフライ。べにえびの殻も衣に使っていることにギョギョッとびっくり!

あんこうと茨城野菜の米粉中華まん

日本放送協会会長賞

野村 みゆきさん 茨城県

主な魚介藻類/あんこう

♡♡
あんこうの風味と味噌、
れんこんの食感もよく、
皮は米粉と長芋でもちもち。
あんこう鍋は敷居が高い
イメージがありますが、
この中華まんはあんこうを
気軽に楽しめる
美味しい一品です。



委員からのコメント 鍋料理でおなじみのあんこうを気軽に楽しみ、中華まんにすることで普及しよう。

鯖の和風包み焼き

審査委員長特別賞

岸端 ひよらさん 静岡県

静岡県おさかな普及協議会推薦
静岡県立清流館高等学校普通科1年

主な魚介藻類/さば

♡♡
焼津市の小川漁港では、
さばが多く水揚げされるため、
地元のさばを使用しました。
包みを開けたときに
ふわっと香る包み焼きは、
魚料理を手軽に美味しく
楽しめておすすめです。



委員からのコメント 調理法がシンプルで魚と一緒に野菜も食べられ、楽しめる一品。

わたしが食べたい

あさり揚げ真薯の磯辺あんかけ

コンクール事務局特別賞

小川 典子さん 千葉県

主な魚介藻類/
あさり・のり

♡♡
あさりを感じる揚げ真薯は
ふわふわの優しい食感です。
インパクト抜群の真っ黒な磯辺あんかけは、
あさりのゆで汁と海苔のダブル使いで
磯の香りが濃厚です。
ぜひ一緒に食べて欲しい組み合わせです。



委員からのコメント たっぷりあさりが入った真薯と海苔を使ったあんとの相性がよかった。



主な魚介藻類／たい・たこ・わかめ・まぐろ

主材料・2人分

- たい(切り身)・・・50g
- ゆでたこの足・・・50g
- 乾燥カットわかめ・・・30g
- しらす・・・30g
- 漬けまぐろ・・・150g
- 米・・・150g
- すし酢・・・60mL
- いり白ごま・・・15mL
- 卵・・・L2個
- [A]かき醤油・・・200mL
- [A]酒粕・・・50g
- [A]オリーブ油・・・3g
- [A]ゆずこしょう・・・8g
- [B]マヨネーズ・・・50g
- [B]練りわさび・・・12g
- [B]ポン酢、レモン汁・・・各2.5mL
- [B]コンデンスミルク・・・10g
- 芽ねぎ・・・1束
- 花穂じそ・・・6本
- ベビーリーフ・・・50g
- [C]オリーブ油、すし酢・・・各30g
- [C]かき醤油・・・3g

海のAkashi 浜風 ポキちらし寿司

金尾 花香さん 兵庫県

神戸国際調理製菓専門学校調理師科1年



私の住んでいる漁師町の明石市は、たいとたこが特に有名です。幼い頃から食べてきた馴染み深くおいしい魚介類を使って、おいしく、見た目も楽しい料理を通して、明石のことを知ってもらいたいです。

委員からのコメント

明石の海の豊かさが見た目にも味わいにも表現されていた。全体のバランスがよく、味が計算されている。

作り方

下ごしらえ:米はといで30分浸水させ、よく水気をきる。米と同量の水で炊く。

- ①たいは皮目を上にしてバットにおき、ペーパータオルをかぶせて熱湯をかけ、水水にとって冷やす。水気を拭き、1~1.5cm角に切る。たこは1~1.5cm角に切る。わかめは水でもどして水気をきる。
- ②まぐろは0.5cm幅に切る。
- ③米が炊き上がったらすし酢を加えてさっくりと混ぜ、ごまも加えて混ぜる。流し缶に1cm高さくらいに敷き詰め、まぐろを並べる。さらに酢飯をのせて1cm高さくらいに

敷き詰める。

- ④鍋に[A]のかき醤油と酒粕を入れ、火にかけて酒粕をとかず。火からおろし、残りの[A]を加えて混ぜ、冷やす。
- ⑤Bはすべて混ぜ合わせ、わさびソースを作る。
- ⑥卵は沸騰した湯で10分ゆで、殻をむく。黄身はざるでこす。
- ⑦④に①を加えて漬ける。
- ⑧③を流し缶からとり出し、長方形に切り分けて⑥の黄身を上面にまぶす。器に盛って⑦をバランスよくのせ、しらす、芽ねぎ、花穂じそを飾る。流水にさらして水気をきったベビーリーフを添え、器に⑤をスプーンで伸ばす。[C]を混ぜ合わせ、ベビーリーフにかける。



水産庁長官賞

東京SKYブリー丼

鈴木 陽乃さん 東京都

東京都立赤羽北桜高等学校家庭学科調理科2年

主な魚介藻類／ぶり

主材料・2人分

ぶり(切り身または刺身用さく)・・・150g
 ごぼう(滝野川ごぼう)・・・70g
 にんじん・・・40g
 小ねぎ・・・適量
 赤唐辛子・・・1本
 甘酢しょうが・・・10g
 大葉・・・2枚
 ゆずの皮、いり白ごま・・・各適量
 卵・・・2個
 ご飯・・・1合分
 ごま油・・・大さじ1
 小麦粉・・・大さじ2
 サラダ油・・・大さじ1
 【A】酒、みりん、しょうゆ・・・各大さじ2
 【A】砂糖、水・・・各大さじ1
 【B】うす口しょうゆ・・・小さじ1
 【B】だし汁・・・30mL
 【B】砂糖・・・大さじ1
 粉山椒・・・適量

作り方

- ①ぶりは骨があれば除き、さくの場合は厚めに切り、塩適量をふって10分ほどおく。【A】は混ぜ合わせる。
- ②甘酢しょうが、大葉、ゆずの皮は刻む。
- ③ごぼうとにんじんはさがきにし、ごぼうは水にさらして水気をきる。小ねぎは斜め切りにする。
- ④フライパンにごま油と赤唐辛子を熱し、ごぼうとにんじんを加えて炒め合わせ、少ししんなりしてきたら赤唐辛子はとり出す。【A】の1/3量を加え、中火で煮つめる。煮汁がある程度煮ついたらとり出し、ごま小ねぎを混ぜる。
- ⑤①のぶりの水気を拭き、小麦粉をまぶす。フライパンにサラダ油を熱して皮目から焼き、両面をしっかりと焼く。残りの【A】を加え、煮つめすぎないように注意しながら強火でからめる。
- ⑥卵はときほぐして【B】を混ぜ、サラダ油少々でスクランブルエッグにする。
- ⑦ご飯に②とごまを混ぜて丼に盛り、⑥、⑤の順にのせて粉山椒をふる。④を高く盛り、好みで小ねぎと赤唐辛子を飾る。

委員からのコメント

ネーミングのとおり、もりつけが楽しく、ほっとする味。お店のメニューにもよい。



東京湾でもぶりがとれることを知り、とても意外だったことから魚はぶりを選びました。そして、北区の滝野川ごぼうとにんじんを東京の郷土料理「きんぴら」にし、柳川鍋風の丼に仕上げました。さらに東京の名所スカイツリーのように、積み上げたさがき(S)、きんぴら(K)、柳川風(Y)=SKYのぶり丼です！



全国漁業協同組合連合会会長賞

鯛と海老のサッパリ生春巻き

宇井 真優さん 三重県

三重県水産物消費拡大促進協議会推薦
 三重県立相可高等学校食物調理科1年

主な魚介藻類／たい・えび

主材料・2人分

たい(刺身用さく)・・・200g
 えび・・・4尾(160g)
 豆腐・・・1/4丁
 長いも・・・1/4本
 大葉・・・4枚
 梅干し・・・3個
 カリカリ梅・・・3個
 焼きのり・・・1/2枚
 ライスペーパー・・・2枚
 【A】みりん、酒、かたくり粉・・・各大さじ1
 【A】塩・・・少々
 【B】みりん、うす口しょうゆ・・・各大さじ1/2
 ●ソース
 梅肉・・・大さじ1
 みりん(煮きったもの)、うす口しょうゆ・・・各小さじ1

作り方

- ①たいは軽く塩をふって水気を拭き、たたく。
- ②えびは殻をむいて洗い、背わたをとる。2尾は大葉2枚で巻く。
- ③残りの2尾は5mm幅に刻み、つぶした豆腐、たたいた長いも、【A】と混ぜ合わせる。
- ④梅干しは梅肉をつぶして刻み、カリカリ梅はみじん切りにし、【B】と混ぜ合わせる。
- ⑤ラップを2枚広げ、①、④、のり、③、②を順に等分のにせ、蒸気の上があった蒸し器で10分ほど蒸す。
- ⑥ライスペーパーを水で濡らし、それぞれに残りの大葉と⑤をのせて巻く。食べやすい大きさに切って器に盛り、ソースの材料を混ぜて添える。

委員からのコメント



三重県はたいの養殖が盛んです。たいは、淡白ながら旨味が強くさっぱりとした味わいなので、えびの旨味、梅の酸味、大葉の風味をうまく引き出してくれます。同時にたいの味わいが引き立つ料理です。

たいとえびの上品な味わいが優しく包まれていて、食感も素晴らしい。調理の手順、たいのおろし方もよかったです。

磯香る 手打ちパスタのワカベージュ

大日本水産会会長賞

片山 和音さん 北海道

北海道三笠高等学校食物調理科3年

主な魚介藻類/
くろだい・うに・こんぶ・わかめ

今回のパスタは、ソースにわかめを使用しているため粘りがあり、麺と良く絡みます。その他の魚介類はわかめなどの海藻を食べて育つ、くろだいやうにを合わせて使用しました。北海道三笠市の冬は雪が多く寒さが厳しいため、ほうれん草が甘味を増し、12月は特においしく食べられます。ほかにも地質に合った多種類のおいしい農作物があります。



委員からのコメント もりつけが美しく食べてみたいと思わせる料理。手打ちパスタのアイデアもよかった。

ヤシオテリーヌ

日本放送協会会長賞

奥村 穂乃香さん 栃木県

栃木県立矢板高等学校栄養食料科3年

主な魚介藻類/
にじます・あゆ

栃木県を代表する魚であるあゆとにじます(ヤシオマス)を、那須地区名産の高原ほうれん草と組み合わせました。県花であるヤシオツツジをイメージし、ヤシオマスのピンク色とほうれん草の緑色の対比が色鮮やかなテリーヌです。



委員からのコメント ピンク色と緑色のテリーヌが見た目にきれい。火入れが大変だったと思うがよくできていた。

ライ麦とちりめんのガレット ～スズキのトマト煮～

さかなクン賞

松本 星さん 宮崎県

JF宮崎漁連推薦
マナビヤ宮崎アカデミー
パティシエ科1年

主な魚介藻類/すずき

宮崎県を代表するすずきを使っています。宮崎の平兵衛酢でさっぱりさせ、また、ガレットに地元門川産のちりめんを混ぜて食べやすくしています。トマトやパセリも使っており、魚が苦手な人にもおすすめです。



委員からのコメント アートなもりつけで、味も食材のハーモニーが素晴らしい。

メカジキの海藻クレープ包み ～美ら海、美ら島の恵み～

コンクール事務局特別賞

戸田 美穂さん 沖縄県

専門学校大育調理科1年

主な魚介藻類/
めかじき・もずく・あおさ

めかじきは沖縄県を代表する県魚です。めかじきは、冷めてもパサパサせず、旨味が濃厚なため選びました。沖縄もずくのシャキシャキな食感とあおさで鮮やかなクレープに仕上げました。良質なたんぱく質のめかじき、ミネラル豊富なもずくや通常のにんじんよりビタミンCが豊富な島にんじんなど、沖縄には体に良い食材があります。



委員からのコメント めかじきもしっとり、ソースもおいしく沖縄が感じられた。

海苔のおいしさ再発見

海苔はうまみの食材!

「あわせだし」の味!



こんぶのうまみ
グルタミン酸



干しいたけのうまみ
グアニル酸



かつお節のうまみ
イノシン酸

複数のうまみ成分による「うまみの相乗効果」で強いうま味を感じます。




使い分けるともっとおいしい!?



どの海苔を
選べばいいの?

「さっくり・しっかり」
使い分け!

お料理にあわせて
海苔のタイプを
選びましょう!



海苔のタイプ別の特徴

海苔タイプ	さっくりタイプ	しっかりタイプ
特徴と用途	サクサクと口当りがよいのですぐに食べるお料理に	水分をふくんでもくずれにくいので巻きおき料理など

早い ← 網からの摘み取り → 遅い

※網から最初に摘まれた海苔は「初摘み」「一番摘み」と呼ばれます。

タイプ別のおすすめ料理

海苔タイプ	さっくりタイプ	しっかりタイプ
おすすめのお料理	手まきごはん 手巻きずし パリパリ海苔おにぎり 海苔トースト 汁物・スープ 海苔あえ 離乳食	おにぎらず 海苔巻きずし しっとり海苔おにぎり 海苔弁 キャラ弁 ラーメン お鍋の具

さっくりタイプの海苔は離乳食にも

7か月くらいから、こまかくちぎっておかゆやひとくちサイズのおにぎりなどに。海苔のうまみが食欲を増進♪



海苔をもっとおいしく!楽しむポイント

海苔の旬は「冬」 海苔は「うまみ」の食材「さっくり・しっかり」使い分け 「密閉容器」で「常温保存」



漁師が選んだ、本当においしい魚。 それが、プライドフィッシュ

魚の本当のおいしさをもっとたくさんの人に知ってもらうため、
地元漁師が自信を持って勧める旬の魚を「プライドフィッシュ」に選定。
“今一番食べてほしい魚”をぜひ味わってみてください。

プライドフィッシュ選定基準

- 本当においしい漁師自慢の魚であること ※魚介種類全般
- 地元で水揚げされたものであること
- 旬を明確にした魚であること
- 各県域が独自に設けている基準
(サイズ、水揚げ海域等)をクリアしている魚であること



プライドフィッシュ

他にも、たくさんのプライドフィッシュが選定されています。

北海道・東北エリア

北海道

- (春) 石狩湾のニシン
- (夏) 日本海の甘えび
- (秋) 小樽・石狩のしゃも
- (冬) 函館のごっこ

青森県

- (春) 陸奥湾はたて
- (夏) 深浦マグロ
- (秋) 十三湖産ヤマトシジミ
- (冬) 青森のホッキガイ

秋田県

- (春) 北限のとらふぐ
- (冬) 秋田ハタハタ
- (冬) にかほ本ずわい

山形県

- (夏) 庄内浜もずく
- (秋) 庄内おぼこサワラ
- (秋) 庄内浜の秋サケ
- (冬) 紅えび

岩手県

- (春) 岩手のわかめ
- (夏) 陸前高田のエビスシガケ貝
- (秋) 岩手の秋さけ(いくら)
- (冬) 岩手のあわび

宮城県

- (春) みやぎサーモン
- (夏) 表浜アナゴ
- (夏) ホヤ
- (冬) みやぎの殻付カキ

福島県

- (夏) 小名浜のカツオ
- (秋) 小名浜の秋刀魚
- (冬) メヒカリ



紅えび



岩手のわかめ

関東・北陸エリア

茨城県

- (春) 鹿島灘はまぐり
- (夏) 茨城のあわび
- (秋) 茨城のしらす
- (冬) 茨城あんこう

東京都

- (春) 八丈春とび
- (春) 東京(大島)のトコブシ

神奈川県

- (春) 湘南しらす
- (夏) 小柴のアナゴ
- (秋) 江の島カマス
- (冬) 小田原のインダイ

千葉県

- (春) 千葉のハマグリ
- (夏) 銚子の入梅いわし
- (秋) 千葉のイセエビ
- (冬) 江戸前千葉海苔

新潟県

- (春) 佐渡のナガモ
- (夏) 新潟のノドグロ
- (秋) 越後の柳カレイ
- (冬) 南蛮エビ

富山県

- (春) 富山湾のホタルイカ
- (夏) 富山湾のイワガキ
- (秋) 富山湾の紅ズワイガニ
- (冬) 富山湾のウマヅラハギ

石川県

- (春) いしかわの柳八目
- (夏) いしかわの生スルメイカ
- (秋) いしかわの甘えび
- (冬) 加能ガニ

福井県

- (春) ふくいサーモン
- (夏) 若狭ぐじ
- (秋) 越前がれい
- (冬) 越前がに



富山湾のウマヅラハギ



江の島カマス(アカカマス)

中国・四国エリア

山口県

- (春) 瀬付きあじ
- (夏) 西京はも
- (秋) 山口ののどぐろ
- (冬) とらふぐ

香川県

- (春) 讃岐さーもん
- (夏) 香川県産いりこ
- (秋) ハマチ三兄弟
- (冬) “初摘み”
香川県産ノリ

島根県

- (夏) コヒル
- (夏) あご
- (秋) ノドグロ
- (冬) 隠岐松葉ガニ

徳島県

- (春) 鳴門わかめ
- (夏) とくしまのはも
- (秋) 阿波とくしまのアオリイカ
- (冬) 阿波とくしまの
アシアカエビ

広島県

- (春) 広島桜ダイ
- (夏) 三原やっさタコ
- (秋) 広島銀太刀
- (冬) 広島かき

愛媛県

- (春) 愛育フィッシュ愛鯛
- (夏) 来島海峡のアコウ
- (秋) 燧灘のガザミ
- (冬) 愛育フィッシュみかんブリ

鳥取県

- (春) 鳥取のハタハタ
- (夏) 夏輝
- (秋) 鳥取のサワラ
- (冬) 松葉がに

高知県

- (春) 土佐さが日辰り鯉
- (夏) 土佐沖どれキンメダイ
- (秋) 宇佐の一本釣りウルメ
- (冬) 土佐の清水さば

岡山県

- (春) ひら
- (夏) 流瀬のかつお(まながつお)
- (秋) 分限者のエビ・よしえび
- (冬) 岡山かき



愛育フィッシュみかんブリ



岡山かき



佐賀海苔® 有明海一番



せーいか

九州エリア

佐賀県

- (春) 玄界灘の桜鯛
- (夏) 呼子のイカ
- (夏) 唐津の赤うに
- (冬) 佐賀海苔® 有明海一番

長崎県

- (春) 真あじ
(ごんあじ・野母んあじ)
- (夏) 長崎のイサキ
- (冬) 長崎とらふぐ
- (冬) 長崎の養殖クロマグロ

熊本県

- (春) 熊本アサリ
- (夏) 川口産大和蛤
- (冬) 熊本のり

宮崎県

- (春) 日南のかつお
- (夏) マヒマヒ
- (秋) 宮崎イセエビ
- (冬) e-かんばち

福岡県

- (春) 筑前海の天然マダイ
- (夏) 一本槍
- (秋) カナトフグ
- (冬) 福岡有明のり
(有明海産 一番摘み)

大分県

- (春) かばすヒラメ
- (夏) 銀たち「くにさき銀たち」白竹たちうお
- (秋) 豊後別府湾ちりめん
- (冬) かばすブリ

鹿児島県

- (春) トッピー
- (夏) キビナゴ
- (秋) 秋太郎
- (冬) タルメ

沖縄県

- (春) 沖縄モズク
- (夏) 沖縄美ら海まぐろ
- (秋) 沖縄県産車海老
- (冬) せーいか

東海・近畿エリア

兵庫県

- (春) 浜坂産ホタルイカ「浜はたる」
- (夏) 明石だこ
- (秋) 香住ガニ
- (冬) 兵庫のり

和歌山県

- (春) ケンケン釣りカツオ
- (夏) 銀鱗の太刀
- (秋) 和歌山県産しらす
- (冬) 紀州勝浦産まぐろ

愛知県

- (春) あいちあさり
- (夏) 愛知のウナギ
- (秋) 愛知のガザミ
- (冬) 愛知ノリ

京都府

- (春) 活メ京のあかがれい
- (夏) 丹後とり貝
- (秋) 京鯖
- (冬) 京の寒ぶり

大阪府

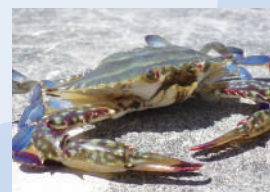
- (春) 魚庭のイカナゴ
- (夏) 魚庭のマダコ
- (秋) 岸和田祭りのわたりがに
- (冬) 茅渚の海のクロダイ

三重県

- (春) 三重の天然ブリ
- (夏) 三重の海女獲りあわび
- (秋) 伊勢まだい
- (冬) 伊勢まぐろ

滋賀県

- (春) コアユ
- (夏) ビワマス
- (秋) 秋ホンモロコ
- (冬) フナ



愛知のガザミ



秋ホンモロコ



JFおさかなマルシェ

ギョギョいち

JF全漁連が運営する浜と消費者を繋ぐ

産地直送ネットショップ

ギョギョいち



※プライドフィッシュの商品も一部取り扱っております。