

親潮と黒潮が交わる豊穡の海



底引き網に掛かった様々な魚に混じってあんこうが水揚げされる。30kgの大物が水揚げされることもある。



平潟漁港では14-19tの底引き網漁船6隻が沖合20km付近を操業する。

# 東のあんこう、西のふぐ

あたりまえに食べられていた「あんこう」

茨城県北部に位置する北茨城市の平潟漁港を訪ね、水揚げされた魚の競りを担当している平潟漁協の武子課長に「あんこう」についての話を伺いました。

「江戸時代、平潟漁港は太平洋の北前船の寄港地だったんですよ。底引き網漁が始まったのは、明治頃からですね。」

平潟漁協では、あんこう専門の漁というのは無く、底引き網の中にあんこうが入ってくるのだと言います。

「昔は値が付かないような魚だったけど、昭和50年頃から民宿があんこう料理を出すようになって、にわかにな有名になってね。」



あんこうは子供の頃から食べていたという平潟漁協の武子尚之課長さん

今では高級魚の代表のように「東のあんこう、西のふぐ」などと言われてますが、私たちの地元では毎日、味噌汁代わりにあたりまえに食べていたものなんです。「と教えていただきました。」

## 市場で評価の高い常磐もの「あんこう」

「漁は、夜中の1時から2時に出航し、ポイントで網を入れる、船でひく、網を引き上げる、魚を分ける。その作業を多い時は1日6回くらい繰り返すんです。しけの時は大変だけど、昔と違ってGPSや魚群探知機などの技術が進み、情報が早いので大分楽になりましたよ。底引き網漁業は、あんこうだけを狙って獲っている訳じゃないから、漁師にとっては、網にあんこうが入っていれば「ラッキー！」くらいな感じかな。実はね、あんこうは1年中、全国どこでも捕れる魚なんです。でも親潮と黒潮が交わる茨城沖は、プランクトンが増殖し、魚が集まりやすい

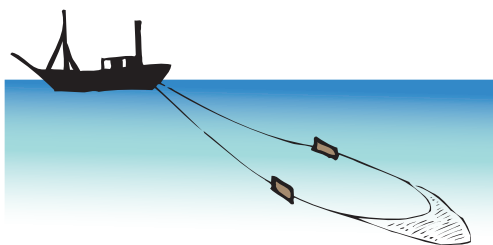
好漁場で、ここで獲れる常磐ものは評判が高いんです。」

あんこうは寒さに備えて肝臓が肥大する11月から3月くらいが旬で、暖かくなると身の締まりが悪くなるから、美味しいこの時期にぜひ味わってほしいと勧められました。



「茨城あんこう」のブランド化に取り組んでいます

茨城県沖で漁獲された2kg以上のあんこうのうち「あんこうのブランド化推進委員会」(漁業関係者等で構成)が定める自主管理基準により取り扱ったものを「茨城あんこう」と命名し、あんこうの下顎にタグを付けて出荷しています。(毎年10月から4月まで)



### 底引き網漁法

2本のロープに取り付けた開口板で網を大きく開かせ、海底に棲むヒラメやあんこうを獲る漁法。

あんこうは県内各地の底引き網漁船によって漁獲されているが、特に平潟、大津、久慈、那珂湊漁港での水揚げが多い。



平潟地区のマンホール蓋にもあんこうがデザインされています。探してみてください。



北茨城市は、多くの市民に親しまれている「あんこう」を市の魚(シンボル)として制定しており、まちのあちこちで「あんこう」シンボルイラストが見られる。

# 漁師町の郷土料理

## 「どぶ汁」を味わう

## 究極のあんこう料理

北茨城民宿組合の代表を務める「数寄屋民宿 やまに郷作」の篠原裕治さんを訪ね、あんこうの郷土料理などについてお聞きしました。

「海水浴が盛んな時代、ここ平潟地区は、隣接する勿来海岸で遊ぶ客の宿泊地として民宿が栄えました。当時、民宿を営む家族が食べていた「どぶ汁」の食欲をそそる匂いを嗅ぎつけたお客さんに「味見をさせてくれ」と言われ、味見をしたお客さんから「こんな美味しいものを、なぜ客に出してくれないんだ。」と言われたため、「どぶ汁」がお客さんに出されるようになったという逸話があるんですよ。」と、漁師町の家庭料理の価値に気づかされたと言います。

郷土料理の「どぶ汁」は、元々は漁師が船上で身体を温める鍋料理として食べていたもの。水の貴重な船上で、水分の多い魚であるあんこうが用いられたと言います。

こうしてあんこう料理の提供が定着し始め、平潟地区は料理民宿の町に生まれ変わりました。

常磐もののおあんこうは、肝の脂が上質で上品な味わいの特徴と言います。

「あんこう料理は数あれど、究極は「どぶ汁」がおすすすめ。」と語る篠原さん。お店の「どぶ汁」は鮮度の良い肝を乾煎りした味噌仕立ての逸品。臭みが無く旨みがギュッと凝縮して、漁師町に来たかいのあるワイルドで力強い「どぶ汁」が味わえます。

「あんこうの肝は、きちんと霜降りし、乾煎りする。十分な下処理が雑味を出さないコッソリなんです。」

あんこう鍋は、だし汁が多く、野菜も豊富に入るが、「どぶ汁」は少しのだし汁を使い、野菜はネギと大根だけで濃厚な味となります。地域によっては、ワカメや切り干し大根を入れるところもあるそうです。

漁師町に伝わる究極のあんこう料理を食べに出かけてみてはいかがでしょう。

「鮮度の良いものを旬の時期に食べるぜいたくを楽しんでほしい」と語る篠原さんは、もちろん自ら市場に足を運びます。

宴会の締めには「おじゃ！」という向きには野菜たっぷりの「あんこう鍋」(下)がおすすすめ。「どぶ汁」(右)では、汁が残らないのだとか。



## 伝統的手法の 吊るし切り

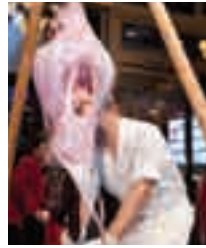
茨城県ホテル旅館生活衛生同業組合の村田實理事長が社長を務める「五浦観光ホテル」は、太平洋を望むダイナミックで変化に富んだ岩礁に建ち、あんこうのフルコースや吊るし切りのパフォーマンスが堪能できます。

当ホテルでは、あんこう料理に供する前に、吊るし切りの職人技を披露しています。あんこうは、軟らかくヌルヌルの巨体なので、まな板上でさばくのは難しいため、金具に顎を引っ掛けて吊し、口から水を注ぎ、安定させてさばく「吊るし切り」が従来から行われてきた手法と云います。

大きな鉤かぎに口を引っかけエラとヒレを落とし、口から皮を剥ぎ、内蔵や身を取るのが定石だそうです。さばかれた後には顎だけが残っていました。



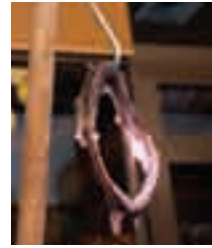
必殺あんこうさばき人と呼ばれる通称まるちゃん。お客さんの目の前で、滑らかな口上とともに丸ごとのあんこうが次々にさばかれていく。



ヒレから始まり、いっせいに皮を剥く。



肝を取っていく。



12kgあったものが、最後は口周りだけに。

## あんこう料理の フルコースを味わう

料理長の飯田信夫いのだのぶおさんは、「郷土料理に各家庭の味があるように、あんこう料理にも宿それぞれ工夫があり、味はいろいろです。ずいぶん各地のあんこうを食べました。あんこうは肝が一番なので、下処理はもちろんのこと、だし汁などアレンジして美味しくするのが我々の仕事なんです。」と言います。

「あんこう鍋やどぶ汁のほか、一品料理でも、昔から食されていた共酢やあん肝、最近では、あんこうの唐揚げもあっさりして美味しいと好評で、これらのフルコースを是非とも味わっていただきたい。」とのこと。

また、「どぶ汁」をお客さんの目の前で調理するコース（要予約）を取り入れるなど、お客さんが楽しめるあんこうワールドを演出しています。



ワイルドな漁師料理を独自の味にアレンジする飯田料理長の技が光る。

### 「五浦観光ホテル」

北茨城市大津町722  
TEL 0293-46-1111



茨城の冬の味覚あんこうを贅沢に味わうならフルコースがおすすすめ。



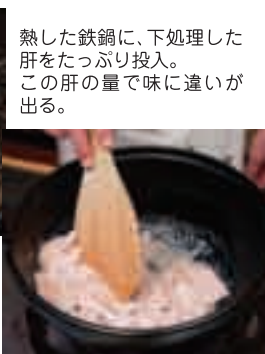
豆腐、水菜、わかめなどを入れる。美味しさの元、オレンジ色の油がびっしり浮いて、出来上がり。



よくヌメリをとったあんこうの身を入れ、その後、野菜を入れる。みそ、割り下などで味を調える。



しゃもじでよくかき混ぜながら油が出るまで強火で炒める。だんだんとロミが出て、ジブジブという音と共に香りが立ってくる。



熱した鉄鍋に、下処理した肝をたっぷり投入。この肝の量で味が違ってくる。

あんこうの  
どぶ汁が  
できるまで



「食の冒険家」こと東京農大の  
小泉武夫名誉教授も絶賛！

常磐沖、  
とりわけ日立の漁港に揚がる鮫鱈は  
食通の間では垂涎(すいぜん)の的である。  
憧れの的といってもよく、幻の味といってもよい。  
それはこの味覚人飛行物体が保証する。  
いわゆる「鮫鱈の七つ道具」といわれる、  
どの部分を食べても感動の極みである。  
昔の人はこの魚に  
魚偏に「安」と「康」の字を付けたほど、  
これを食べると安らぎを得、健康を頂戴できる  
縁起ものの魚である。  
さあ、日立にきて、  
この鮫鱈を食べて幸せを得たまえ。  
地酒をコピリンコ、コピリンコと飲んで、  
口からの口福を味わえたまえ。

味覚人飛行物体 小泉 武夫  
(口福あんこうを広める会・応援団長)



地元の主婦が作ってくれた「あこちゃん帽子」  
を被る萩庭さん。

「はぎ屋旅館」  
日立市水木町1-1-15  
TEL 0294-52-2522

# 幸せの「口福あんこう」。

## 幸福「口福あんこう」の誕生

「日立であんこう？漁港なんかあるの？」ってよく聞かれてね。工業都市のイメージが強いからだと思うけれど。日立沖の美味しいあんこうは、旅館では提供していても、その存在が浸透していなかったから、これからは地元の特産としてクローズアップしていきたいんです。」と熱く語るのは、日立市で「はぎ屋旅館」を営み、口福あんこうを広める会の代表を務める萩庭晴秀さん。7年前、あんこう料理に合うお酒を開発していた地元の酒造会社の息子さんが東京農業大学の小泉武夫名誉教授の教え子という縁もあって、日立のあんこうを広める会の活動を小泉教授に応援していただけることになったと言います。

## イメージキャラクター「あこちゃん」

地域の各種イベント会場で「口福あんこう」を試食・販売するなどPR活動を続ける中、楽しさの伝わる宣伝活動を目指したことから、イメージキャラクター「あこちゃん」が誕生しました。「あこちゃん」は、かわいい女の子のあんこうで、地元の商工団体会員のお孫さんがデザインしたもののなんです。また、地元出身のミュージシャンが作曲してテーマソングを制作したり、地元の主婦があこちゃん帽子も作ってくれました。」と楽しそうに萩庭さんは語ります。もちろん、スタッフ全員、イベントでは、あこちゃん帽子をかぶって「口福あんこう」を宣伝しています。「あんこうは冬場の鍋だけでなく、昔から地元で食べられていた共酢や、夏場のあん肝を活用した料理など、様々な食べ方があるので、こうしたPR活動を継続することで、オールシーズン、あんこうの楽しめる地域として誘客につなげたい、行動あるのみ。」と意気盛んです。



テーマソングのCDも作り、さまざまなイベントで「口福あんこう」をアピールする。



日立商工会議所会員のお孫さんが作ってくれたキャラクター「あこちゃん」。

# 謎の魚「あんこう」

## あんこうの飼育

アクアワールド茨城県大洗水族館では、昭和45年にあんこうを展示して以来、あんこうの飼育を40年以上も続けており、全国でもトップクラスの飼育年数を誇ります。

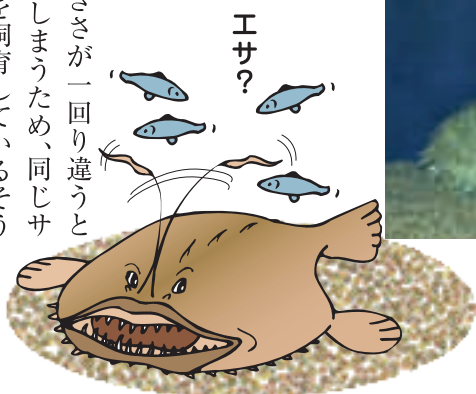
「あんこうは、とても皮膚が弱いので、角を丸くした水槽で飼っています。網で獲ったものは生存が難しく、展示する個体の入手は難しいのです。見た目と違いデリケートな魚なので、水槽内の水温を下げて暗くしたり、砂を入れて擬態できる環境を作るなど、なるべく刺激しないような工夫をしています。餌は毎日やると消化不良をおこすので、週に2回やっています。」と語るのは、魚類展示課の稲葉鴨弘課長。



アクアワールド茨城県大洗水族館 魚類展示課長の稲葉さん



産卵前のあんこう



また、大きさが一回り違うと共食いしてしまうため、同じサイズのものをお育てしているそうです。

「産卵した卵は、大きなものは15メートル位の長さで幅がある寒天状の帯(卵巣)となり、カエルの卵に似ています。卵を包む寒天状の帯は、海水を吸って膨れあがり漂いながら孵化する。」と言います。

卵を包む寒天状の帯



## あんこうは ルアー釣りの名手?

あんこうは、英名でアングラーフイッシュと呼び、釣りをする魚という意味があります。

これは、背びれ(第一背びれ)が進化した誘因突起(釣り竿)がついており、この釣り竿の先に虫エサ(疑似餌「ルアー」)が泳いでいるように、しきりに動かし、小魚が自分の口の真上に来るまで振り続けます。そして、口の真上に来た小魚を大きな口でパクッと捕獲するのです。

「あんこうは、どんなにお腹が空いていても動かずに、自分のルアー釣りの腕前を信じて辛抱強く釣り竿を振り続けるんですよ。」と稲葉課長も感心していました。

「アクアワールド茨城県大洗水族館」 東茨城郡大洗町磯浜町8252-3 TEL 029-267-5151

## たい焼きじゃなくて あんこう(鰻香)焼きなんです!

たい焼きのあんこう版と思われるですが、その生地に秘密あり。表面がパリッとした食感で、「冷めても美味しい」とお客様に好評です。特別注文でデザインした金型から焼き上がるかわいらしい姿の「あんこう(鰻香)焼き」は、小倉あん、こしあん、芋あん、豆乳クリーム の4種類から選べます。是非、お店に足を運んで食べてみてはいかがでしょうか。



大洗まいわい市場(大洗リゾートアウトレット内)の鰻香焼き売り場では、子供や女性に人気の商品です。



大洗町内の味自慢のあんこう鍋取扱店が掲載されています。(大洗観光協会作成)

# あんこうの食べ方いろいろ

## ■あんこう唐揚げ

あっさりとした白身の部分、ゼラチン質の多い皮やヒレなどを唐揚げに。外はカリカリ、中はふわっとした柔らかい食感がおいしさを引き立てます。熱いうちに塩、またはレモン汁をかけてどうぞ。



## ■共酢(ともず)

白身をはじめ、皮やヒレ、胃などのあんこうの七つ道具を茹でたものを、肝を溶いて合わせた酢味噌でいただきます。舌に刺激的な共酢と淡白なあんこうのからみが美味を誘います。



## ■あん肝

あんこうの数ある部位の中で最も珍重されているのが肝です。肝は淡白な身の部位とは異なり、濃厚で口溶けもなめらかな独特の味わい。脂の乗った肝は「海のフォアグラ」と称されるほどの珍味。蒸した肝を、ポン酢などでいただきます。



# あんこうの七つ道具

あんこうは、身(台身)、カワ(皮)、水袋(胃袋)、キモ(肝臓)、ヌノ(卵巣)、エラ、トモ(ヒレ)が食用部位となっています。これらは「あんこうの七つ道具」と呼ばれ、骨とあご、眼球以外は余すところなく食べられます。

### カワ(皮)

噛むほどに味が出る。代表的部位。

### エラ

普通の魚ではエラは食べないが、あんこうでは鍋に入っている。

### 水袋(胃袋)

入り口に歯のようなものが上下2ヶ所ずつ付いている。噛むためのものではないが、丸呑みした魚を逃さない。

### トモ(ヒレ)

胸ヒレ。付け根の触感が良く、美味しい。

### 台身

あんこうの身の部分。柳肉とも呼ぶ。白身の淡白な味わい。

### キモ(肝)

別名あん肝。「海のフォアグラ」とも呼ばれる。

あんこうそのものは水分の多い白身で脂質量は低く、魚介類の中でも非常にカロリーが低い食材です。身はやわらかく淡白で上品な味わいですが、皮、胃、卵巣、エラ、ヒレなどは弾力性に富んだ食感が特長で、鍋などにすると噛むほどに味が出ます。

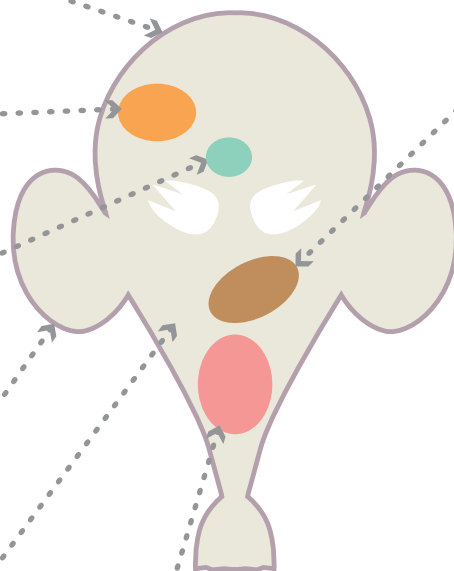
一方、肝臓は「あん肝」と呼ばれ、見た目と食感、濃厚な美味しさから「海のフォアグラ」とも言われています。

キモは脂質が高く高カロリーで、ビタミンA(レチノール)やビタミン12、ビタミンDを豊富に含んでいることから、肌の健康を維持したり、老化防止、視覚の暗順応に良いとされています。また、皮のゼラチン質に多く含まれるコラーゲンとの相乗効果で、美肌効果も期待できます。

これだけの栄養が揃った「あんこう」はまさに優秀な健康食材と言えるでしょう。

### ヌノ(卵巣)

平板状の形のため、そう呼ばれる。



# あんこう豆知識



## あんこうの生態と特徴

非常に大きな頭と口を持ち、上から押しつぶしたような独特な体型です。両あごには鋭い歯が並び、体表にうろこはなく、全体を粘膜で覆われています。

体が扁平で常に海底にへばり付いているため、泳ぎはあまり上手ではないが、夜間は活発に動き回り、時には海面まで浮上することもあるといえます。

水深100〜400mの海底付近に生息し、カレイ類などの魚類やイカ類などを餌とします。

小魚が近づいてくると、アンテナ状の突起物で誘って大きな口でパクリと捕獲する生態は有名です。

成長はメスが早く、満1歳で全長30cm(0.5kg)、2歳で40〜50cm(2kg)、3歳で70cm(6kg)を超えると推定され、最大で1.3m(34kg)になります。

茨城県沖における産卵期は4〜5月で、幅30cm、長さ4〜5mの帯状のゼラチン質に囲まれた卵塊を産みます。

食用にするのは、きあんこうとくつあんこうの2種類で、一般にあんこうと呼んでいるのは、標準和名きあんこうのことで、茨城県沖の水揚げのほとんどがきあんこうです。

一年のなかでは、寒さに耐えるため肝臓が肥大する冬が旬です。春に

は味が落ちます。これにちなみ、「魚偏に安」と書くのは春のこと」という川柳があります。

## 鯨鮓納包丁式

毎年秋、大洗磯前神社（大洗町）の境内において執り行われます。

包丁式の儀式では、右手に包丁刀、左手に真魚箸を持ち、まな板の上に置かれた料理材料には素手を触れずに、自身の六根清浄を念じ、天下泰平、五穀豊穡を祈願しつつ、包丁の鑢になる料理材料の生命に対して捧げる感謝の意を、「一刀一札の作法にのっとり料理します。」

素手を触れないことは、「食品衛生思想」の具現であり、無駄な手数を許されないまな板さばきは「食経済合理化」の実践を示しており、包丁人の「心」と食材への感謝の気持ちから、優れた料理を作るといふことを包丁式は伝えようとしています。



## あんこうの食べられるお店などに関する問合せは

- 北茨城市観光協会(北茨城市役所商工観光課内)  
TEL:0293-43-1111
- 日立市観光協会(日立市役所観光振興課内)  
TEL:0294-22-3111
- ひたちなか市観光協会(ひたちなか市役所商工観光課内)  
TEL:029-273-0016
- 大洗観光協会 TEL:029-266-0788

## インターネットで探す

- 「あんこう鍋 観光いばらき」で検索
- 「いばらきの地魚取扱店」で検索