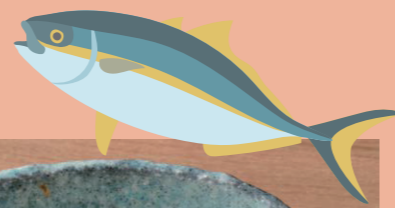


大分ヒラマサ・かぼすヒラマサを使った

おすすめレシピ



おおいたの旬がくる。その恵みに感謝して…



あなたの思いをカタチに。

<http://theoita.com>

しゅんくる

S Y U N K U R U

vol.38

大分
ヒラ
マサ
かぼす
ヒラ
マサ



ヒラマサの和風カルパッチョ
～香味野菜と梅風味でアクセント～



ヒラマサのサルサソースかけ
～いつもの焼き魚にエキサイト～

材料（4人分） 作り方

- ヒラマサ切り身・・・280g
- 塩・・・少々
- ミョウガ・・・1～2本
- 大葉・・・8枚
- 梅干・・・1個
- 醤油、かぼす果汁・各小さじ2
- オリーブ油・・・大さじ2
- キュウリ・・・1本
- ミニトマト・・・4コ

- ①ヒラマサはうす切りにし、塩少々ふる。
- ②キュウリは4cm長さのせん切りにする。
- ③ミョウガ、大葉はせん切りにする。
- ④梅干しは種を取り、果肉はきざみ、Aと合わせる。
- ⑤器に①②を盛り、③を散らし、④の梅ドレッシングをかける。
- ⑥ミニトマトの薄輪切りを飾る。

材料（4人分） 作り方

- ヒラマサ切り身・・・4切れ
- トマト・・・200g
- 青唐辛子 or しし唐・・・2本
- 玉ねぎ・・・1/4個
- おろしニンニク・・・小さじ1/2～1
- オリーブ油・・・大さじ1
- レモン汁・・・1/2個分
- 醤油・・・小さじ1
- 一味、塩、こしょう
- ナス、しし唐、ヤングコーン、パセリ・・・適量

- ①ヒラマサは塩少々ふって、グリルで焼く。
- ②トマトは湯むきして粗みじん切りにする。玉ねぎはみじん切り、青唐辛子は小口切りにする。
- ③②+Aでサルサソースを作る。
- ④Bの野菜は好みに切ってグリルで焼く。
- ⑤器に①と④の焼き野菜を盛り、サルサソースをかけ、パセリを添える。

A・B●



ヒラマサの照焼き

材料（4人分） 作り方

- ヒラマサ切り身・・・4切れ
- 薄力粉・・・適量
- 酒・・・180cc
- 味醂・・・70cc
- 濃口醤油・・・50cc
- 砂糖・・・20g
- サラダ油・・・適量

- ①ヒラマサは水気を切り、薄力粉を薄くふる。
- ②フライパンに油を敷き、熱したところに①を入れる。
- ③焼き色が付いたら強火にし、Aのタレを入れ絡めながら煮詰める。
- ④器に盛り付ける。

A●

ヒラマサ生産地マップ



2023.Vol.38

しゅんくるのバックナンバーはホームページ (<http://theoita.com/>) でご覧いただけます。

発行
大分県農林水産部 おおいたブランド推進課
〒870-8501 大分県大分市大手町3-1-1
TEL: 097-506-3636



大分県漁業協同組合

大分県大分市府内町3丁目5番7号
大分県水産会館

販売課 TEL: 097-534-1522

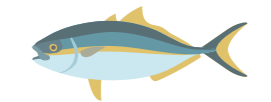




カボス生果皮ペーストを餌に混ぜ込んで給餌します



乳白色の身は透明感があり、血合いは美しくしっとりとした歯ごたえは絶品



ブリとヒラマサの違いは？

ヒラマサはブリと見た目がそっくり。唇の上端（主上顎骨後上端）が角張っているのがブリで丸みを帯びているのがヒラマサです



知るひとぞ知る高級魚が大分の新たなブランド魚へ

大分ヒラマサ かぼすヒラマサ



主な産地
臼杵市
佐伯市

出荷時期
大分ヒラマサ
周年

ヒラマサはブリ、カンパチと同じブリ属でこの3種をあわせて「ブリ御三家」と言われています。ヒラマサは生産量の少なさから知名度は低いものの、その美味しさや強烈な引きにより、料理人や釣り人を魅了する知るひとぞ知る高級魚です。
適度な歯ごたえと、脂がほどよくのった上品な味わいが特徴で、夏はさっぱりとした味わい、冬はしっかり脂がのっており、年間を通じて美味しく頂けます。

大分の新たなブランド魚へ

大分県はブリ養殖が盛んで、全国2位（R3）の生産量を誇っています。それに併せてヒラマサの養殖も行われており、県内では約40年程前から始められました。

県内のヒラマサ養殖は、豊後水道に面する美しいリアス式海岸が続く、臼杵市、佐伯市で主に生産さ

れており、経験豊富な生産者により丹念に育てられています。

また、大分県では特産のカボスを餌に加えて育てるブランド魚「かぼすブリ」が生産されています。

しかし、かぼすブリの出荷時期は11月～3月であり、春～夏は生産できません。周年をとおして皆さまの食卓に「かぼす魚」をお届けしたいという強い思いから、大分県漁業協同組合と大分県が連携し、H30年に「かぼすヒラマサ」を新たに開発しました。

これは、かぼすブリ、かぼすヒラメに続く【かぼす魚シリーズ】の魚として、餌に「カボス生果皮ペースト」を混ぜて育てることで、うま味とコクが増し、柑橘系特有の香り成分「リモネン」により、爽やかな味わいになります。また、カボスに含まれるポリフェノールやビタミンC等の抗酸化作用により、血合い部分の変色を抑えることができ、味だけではなく見た目も良い魚となっています。

夏はさっぱりとして、冬はしっかり脂がのったヒラマサ。さらに【かぼす魚シリーズ】に新たに加わったかぼすヒラマサ。

大分県漁業協同組合では、生産者の思いを乗せ、県内外の消費者の皆さまへ県産ヒラマサの美味しさのPRを進めています。

大分のブランド魚「大分ヒラマサ」、カボスとともに大分県を代表する特産品のハイブリットといえる「かぼすヒラマサ」の美味しさを全国の皆さまへ発信していきます。



大分特産のカボス。大分の食卓に欠かせないカボスは、料理も素材そのものの味も引き立てる