

出雲地方の冬の味覚

宍道湖産

かんぶな 『寒鮒』

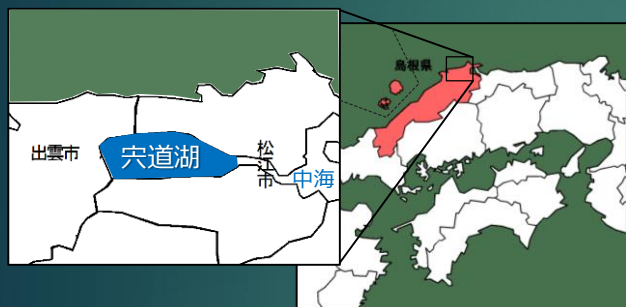
天然

しんじこ

情緒溢れる宍道湖

島根県松江市と出雲市にまたがる周囲47kmの湖で、隣接する中海も含めると連結する瀧湖として日本最大の汽水湖です。

神話ヤマタノオロチの舞台となった斐伊川からの淡水と日本海からの海水が混じり合った宍道湖は、川の魚と海の魚が共存する豊かな湖です。



季節や時間で様々な表情を見せる宍道湖の美しい景観は「日本百景」の一つに選ばれ、さらに「日本夕日百選」にも選ばれています。宍道湖に沈む夕日は、水の都松江の象徴ともいえる絶景で、見る人の心を癒してくれます。

汽水湖からの贈り物「寒鮒」

- ・宍道湖の鮒（フナ）は、汽水湖のおかげで泥臭さがとても少ないと言われています。
- ・冬季に漁獲される寒鮒は、越冬のため、身が絞まって脂がのり、冬の宍道湖を代表する味覚の一つとなっています。（旬は11月末から3月末頃まで）
- ・出雲地方（宍道湖周辺地域）には、正月料理として寒鮒を食べる風習が今も残っています。
- ・宍道湖産の寒鮒は漁獲量が少ないため、県外にはほとんど流通していません。
- ・「鮮度が命」とも言われる寒鮒は、地元でしか味わえない希少な食材と言えます。



《刺身（子まぶし）》

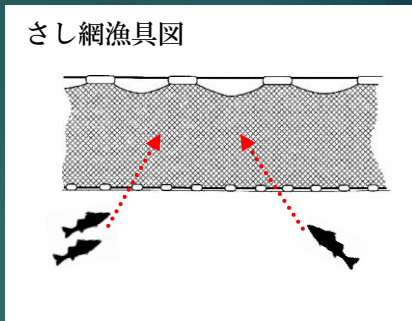
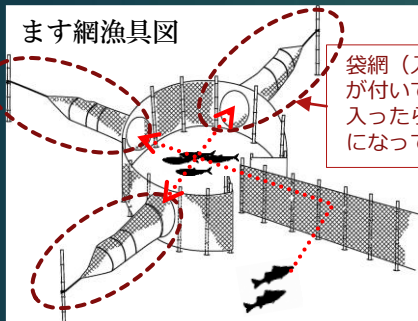
- ・鮮度の良い寒鮒は、コリコリとした食感に程よくのった脂が絶品です。
- ・普通の刺身でも美味しくいただけますが、火を通した卵をまぶす「子まぶし」が出雲地方の伝統的な食べ方です。
- ・生姜醤油で食べると旨さがひきたちます。
- ・日本酒との相性が抜群です。



《あら汁》

- ・身をとった残りの骨を使ったあら汁は上質な出汁がでて大変美味です。
- ・皮や卵も一緒に煮ると、より一層美味しくいただけます。
- ・寒鮒の持つ滋味深い味わいに、身も心もほっこりと温まります。

寒鮎漁のやり方



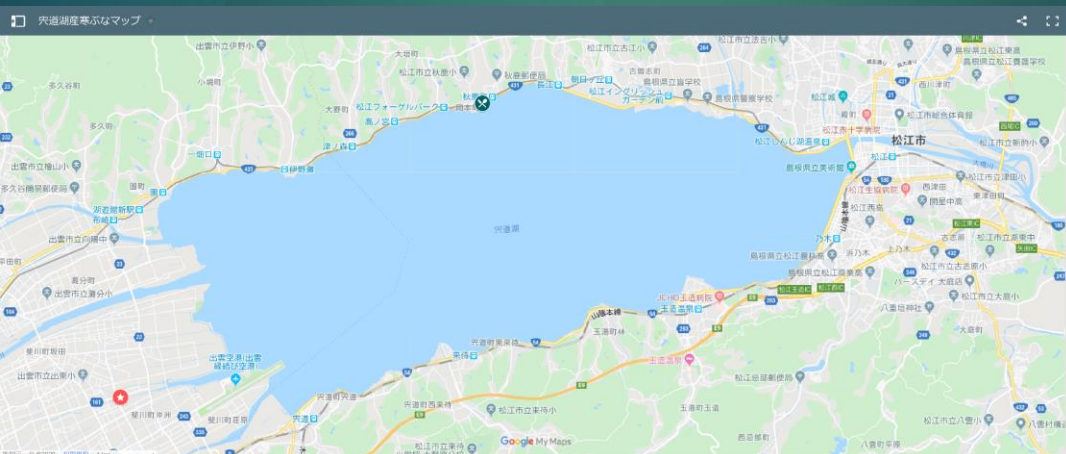
《ます網》

- ・小型の定置網です。
- ・袋網に迷い込んだ魚を生け捕りにします。
- ・フナ以外にも、スズキ、シラウオ、ウナギ等様々な魚種が獲れます。

《さし網》

- ・魚の通り道に設置し、魚を絡めとります。
- ・狙う魚の大きさに合わせて、異なる網目の網を使い分けます。
- ・フナ以外にも、スズキやシラウオも漁獲しています。

宍道湖産寒鮎を買えるお店・食べられるお店



QRコード（漁協HP）

- ・宍道湖漁業協同組合で把握している情報を、「宍道湖産寒ぶなマップ」として、漁協ホームページに公開しています。（<http://shinjiko.jp/>）
- ・天候や漁模様によって取り扱いが無い場合がありますので、事前に各店舗にお問い合わせください。