



# あいちの離島で「海の恵み」や「大地の恵み」を 食べ尽くそう!

## タコ

島の名物タコは、一年を通じて楽しめます。茹でタコ、タコしゃぶ、タコの唐揚げ、タコ焼き、タコ飯などの、様々な調理法でおいしく頂けます。



## 大アサリ

ミネラル分が豊富な三河湾で、たっぷり栄養をたくわえた大アサリ。特に焼きたての大アサリは絶品です。フライにして卵でとじた大アサリ丼も人気です。



## 白ミル貝

ポンペを背負った漁師が海に潜り、手で採集している白ミル貝。コリコリとした食感と、噛むほどに広がる甘みが特徴です。



## フグ

あいちの離島は、日本有数の良質なフグの漁獲地。毎年10月～3月頃まで、刺身、唐揚げ、鍋などで楽しめます。



## 三河湾の地魚

カレイ、アイナメ、メバル、アジ、太刀魚、スズキなど、一年を通じて豊富な魚介類をお楽しみいただけます。漁師さんから直接仕入れる宿や飲食店も多く、新鮮さが自慢です。

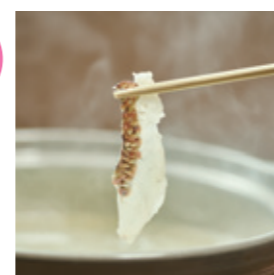


## シラス

三河湾をはじめ、周辺の海域では良質なシラスを安定して水揚げすることができます。漁に出た日の楽しみ、生シラス、新鮮なシラスを茹でた釜茹でシラス、乾燥させたシラス干しなどで、頂けます。



## 鯛



三河湾には、小魚のエサとなるプランクトンが豊富で、さらに、その小魚を食べる鯛もしっかり肉厚に育ちます。一本釣りの鯛は、網漁より身に傷がつきにくく良質です。



## 島ガサレ



島の気候と豊かな土壌で育った野菜は、みずみずしい味わいです。畑の肥料には、乾燥させたヒトデやなまこや海藻などを使うこともあり、自然の恵みがたっぷり味わえます。



### イチオシ新情報

## 佐久島のさつまいもを使った新メニューが完成!



提供メニュー

### サクのいもプロジェクト

佐久島で昔から行われていたさつまいもづくり。昔は島外にもたくさん出荷していましたが、時代の流れとともに家庭菜園での栽培のみとなりました。そんな佐久島のさつまいもを島民たちの力で復興しようと始めたのが、「サクのいも」プロジェクトです。島の潮風を浴びながら育ったさつまいもは、甘くておいしいと評判。いま、佐久島に新たな名物が生まれようとしています。

### イチオシ新情報

## 日間賀島のタコ・シラス・白ミル貝を使った新商品が完成!



調理例

### 日間賀・海ソース

日間賀島の名産「タコ」・「シラス」・「白ミル貝」を、オリーブオイルやガーリックと合わせた具沢山のソースです。この海の恵みが詰まったソースは、温めてパンと合わせた「アヒージョ」にしたり、茹でたパスタと合わせて「パスタソース」にしたり、隠し味として、大アサリ焼き、麵つゆ、シラス丼に入れるなど、工夫次第で様々な料理にお使いいただけます。

### イチオシ新情報

## 篠島の鯛を使った新商品が完成!



調理例

### 篠島 鯛のじゅうじゅうみそ焼

漁師の島・篠島には、昔から漁師の「まかないめし」として食べられてきた郷土料理「じゅうじゅうみそ」があります。新鮮な海産物をおあつあつの味噌と合わせて食べる「じゅうじゅうみそ」を気軽に楽しめる新商品が誕生しました。漁師が一本釣りですべての身のしまった鯛を、オリジナルブレンドの味噌で炊いた、鯛の甘みと味噌の奥深い香りが食欲をそそる逸品です。