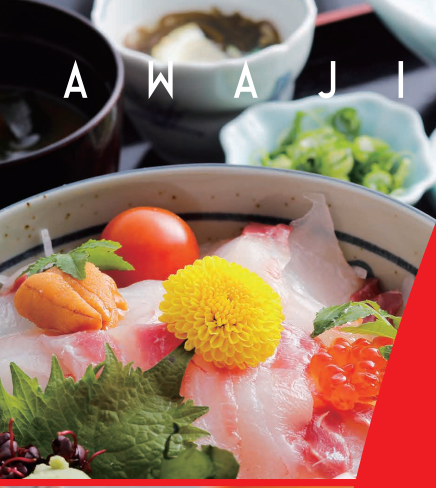


# 淡路島 えびす鯛



# 続々誕生!

伝統料理から創作料理まで  
新店舗・新メニュー

詳しくは  
コチラ



## 島の王道 鯛料理

淡路島で「鯛料理」といえば、多くの宿や店で用意するのがこちら。元々鯛漁が盛んな漁師町の家庭料理として食べられていたものを元に宿や店ごとに多種多様にアレンジをくわえる。



### 鯛茶漬

鯛茶漬けとひとことと言っても内容は様々。まずご飯にのる鯛は刺身のほか、漬けや焼鯛、宝楽焼きの残り身まで！かけるのもお茶に限らず、出汁やスープなど宿や店の特徴が出る。



### 鯛のあら炊き

鯛の名産地では捌いた後のあらも常に新鮮！煮汁で甘辛く煮詰めると、旨みがさらに凝縮されて美味しくなる。調理には宿や店ごとにこだわりがあり、鯛料理の中でも個性が際立つ一品。



### 鯛酒蒸し

魚介本来の味を外に逃さない酒蒸し料理。鯛の下に昆布を敷いて蒸し、旨みの相乗効果を狙うところもある。ふんわりと蒸し上がった鯛の身はしっとりとして優しい甘さがある。



### 宝楽焼き

奈良時代に起源があるという島を代表する鯛料理。現代では宝楽鍋を使い、具材は宿や店により様々。鯛のほか、海老や玉ねぎなどがのるところも。蒸し上がった鯛の身は優しい甘さに。

## 島の伝統 鯛料理

昔から祝い事などハレの日の料理として食べられてきた伝統料理3品。見た目にもおめでたい姿のままの鯛を料理する豪快なものが多く、鯛の美味しさを丸ごと満喫できる！



### 鯛の活け造り

生簀から揚げたばかりの鯛を活け締めにした姿造り。皿の上でまだピクピクと動くほどの新鮮さは、鯛漁が盛んな淡路島ならではの！プリプリの歯ごたえと上品な甘みを堪能できる。



### 鯛そうめん

おめでたい祝いの席で振る舞われてきたという一品。鯛を一尾丸ごと揚げて、淡路島特産の手延べ麺とともに煮込む。鯛の香ばしさと手延べ麺のコシ、出汁の旨みが絶品。



03.淡路島の南西部に位置する丸山漁港 04.丸山漁港のすぐ近くにある「蛭子(えびす)神社」

## 淡路島と鯛の歴史

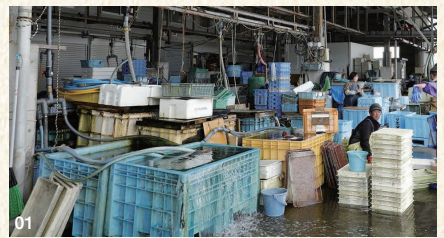
淡路島は海の幸・里の幸に恵まれ、日本古代から平安時代まで朝廷に食材を納める「御食国（みけつくに）」として名を馳せてきました。なかでも、鯛は御食国・淡路島の歴史の中でも特別な食材で、「献上鯛」の話を外しては語れません。

献上鯛から受け継ぐ御食国・淡路島のプライド「淡路島えびす鯛」。



このように、淡路島全域で大切な食材として別格の存在感を放ち続けているのが鯛なのです。2021年には、そんな淡路島で水揚げされる天然真鯛を「淡路島えびす鯛」としてブランド化。島の宿や飲食店で、先人から受け継がれてきた郷土料理をはじめ、料理人たちが創意工夫を凝らした鯛料理が続々と誕生し、訪れる人の舌を魅了しています。

古代から幕末にかけて、天皇の昼御膳は「鯛の塩焼き」であったといい、その鯛を献上していたのが、淡路島であると考えられています。さらに淡路島の中でも鯛漁で有名な南あわじ市の丸山漁港では、大正・昭和・平成・令和の4代にわたり、天皇陛下の即位時の大嘗祭などで「干鯛」を献上してきました。



01.淡路島洲本市にある由良町漁協では、「淡路島えびす鯛」が次々と水揚げされ、即セリへ  
02.速い潮流を泳ぐ「淡路島えびす鯛」は、目の上が青く輝いているのが天然の証ととか

新メニュー  
続々誕生！

# 淡路島 えびす鯛グルメ

「淡路島えびす鯛」を使ったグルメは、人気の定番料理から創作料理まで充実のラインナップ。新メニューも続々と誕生！お気に入りの一品を見つけてみて。



一例  
伊勢海老とえびす鯛の和風フイヤーベース



一例  
淡路島えびす鯛茶飯



一例  
鯛のカルパッチョ



一例  
淡路島えびす鯛尽くし会席



## 鯛しゃぶ

見た目も美しい透明感のある鯛のお造りを、出汁の中でしゃぶしゃぶに。身が霜降り状態になったところをいただくと、刺身とはまた違う食感で、口の中にふわりと甘みが広がる。



## 鯛めし

鯛とお米を土鍋で炊き込みご飯に！鯛を丸一匹使うものから、切り身だけ、頭などのアラだけを使うものも。見た目は宿や店で異なるが、どれも米の1粒1粒に鯛の旨みが染みている。

詳しいメニュー、  
スポット情報は  
コチラをCheck!



## 島とえびす

### 古来から淡路島に伝わる 島民と「えびす」神の関係

天然真鯛が「淡路島えびす鯛」と名付けられた理由は、淡路島に伝わる「えびす信仰」に答えがあります。

「国生み神話」が残る淡路島では、夫婦神・イザナギノミコトとイザナミノミコトが最初の子「蛭子（ひるこへびす）神」を生んだ後に、淡路島をはじめ次々と日本の国土を生み出したと継承されています。そして「蛭子神」は、海においては航海・海上安全・大漁の神として、陸にあっては五穀豊穡・商売繁盛・幸福を招き入れる神として島の人たちからの信仰を集めました。

国指定重要無形民俗文化財に指定される淡路島の「淡路人形浄瑠璃」も、

## 恵みの海

### 3つの海峡を有する島の海が 上質な「えびす鯛」を育てる

「献上鯛」で有名な南あわじ市の丸山漁港はもちろんですが、北の岩屋から南の沼島まで島内17の漁協すべてで鯛漁が行われ、淡路島全体が好漁場として知られています。それもそのはず、島の周辺は鳴門海峡、明石海峡、紀淡海峡の3つの海峡により、どこの漁場も潮の流れがよく、鯛のエサとなるエビやカニが多く生

息しているそう。丸山漁港のある南あわじ漁協関係者によると、「エビやカニをエサに食べて育った鯛は、なぜかうまい」といい、よく肥えて脂の旨みも違うんだとか。

また、鯛漁が盛んな淡路島では鯛料理の種類が豊富で、伝統料理の「宝楽焼き」をはじめ、「鯛そつめん」や「活け造り」のほか、王道の「鯛めし」、「鯛しゃぶ」などが楽しめます。さらに、創作料理も誕生し、味わう楽しさが広がっています。

こういった神事芸能から始まったといわれています。

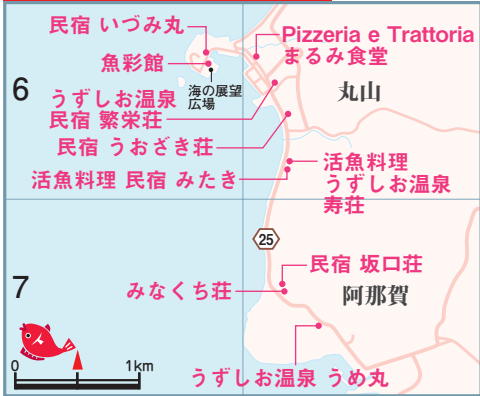
今でも南あわじ市福良湾に浮かぶ島・洲崎の「洲崎蛭子神社」では、豊漁や航海安全の祈願のために、淡路人形浄瑠璃の戎舞が奉納されています。この戎舞は「淡路人形座」で上演される機会が多く、観劇して島の歴史に触れてみるのもおすすめです。



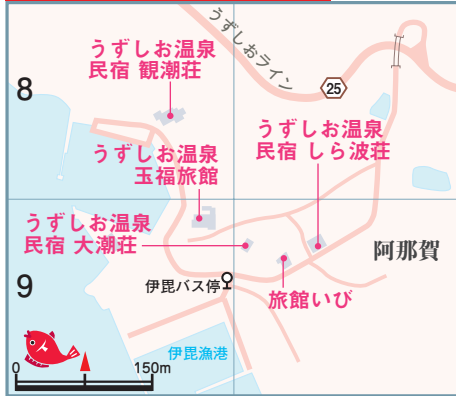
▲お酒を飲み上機嫌になった蛭子様が福を与えてくれる「戎舞」  
※公演情報は公式HP (<https://awajiningyoza.com/>)へ



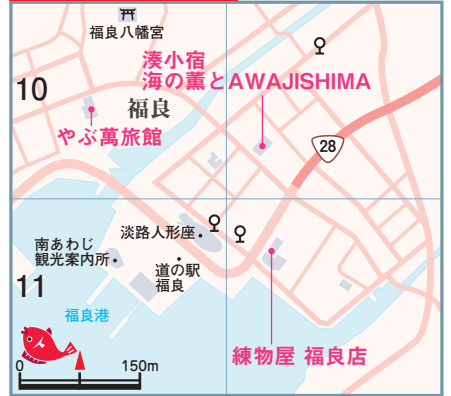
丸山・阿那賀エリア拡大MAP1



丸山・阿那賀エリア拡大MAP2



福良エリア拡大MAP



お問い合わせ |

食のブランド「淡路島」推進協議会 Tel.0799-26-2107 兵庫県洲本市塩屋2-4-5 兵庫県淡路県民局洲本農林水産振興事務所内

※本冊子に掲載されている情報は、特に表記がない場合、2023年8月10日時点での有効な情報です。  
 情報は変更となる場合がございますので、最新の情報や詳細については各施設へお問い合わせください。