



2019年3月发行

发行单位

宫城县 食产业振兴课

〒980-8570

仙台市青叶区本町3-8-1

电话:022-211-2813 传真:022-211-2819

#### 关于本杂志

本杂志所刊载的特产介绍等内容,是根据各生产厂家、销售企业或相关团体所提供的资料编撰而成,各项食材的生产方式等可能因生产厂家或销售企业而异。关于食材如有任何想要询问的事项,欢迎向宫城县食产业振兴课咨询。



#### 封面料理

柠檬香茅酱淋扇贝  
法式炒曲葱

宫城不只山珍,海味也非常丰富。无论大人小孩都喜爱的扇贝,以及象征大地恩惠的曲葱,我试着将它们组合起来。为了让海外人士也能充分享受到宫城食材的美味,酱料以柠檬香茅和藏红花调制成地中海的普罗旺斯鱼汤风味,再以生姜增添几许日本风情;为了让法式炒曲葱更香,我在上头点缀了一些宫城盛产的茼蒿,为了凸显明亮柔和的配色,我选择了厚重感十足的黑色托盘,这个托盘是以雄胜石制成,雄胜石是宫城传统工艺品“雄胜砚”的石材,在日本鼎鼎有名。

美食设计师

狐野 扶实子

(KONO FUMIKO)

# 宫城珍贵食材目录

MIYAGI KAGAYAKI SYOKUZAI CATALOG





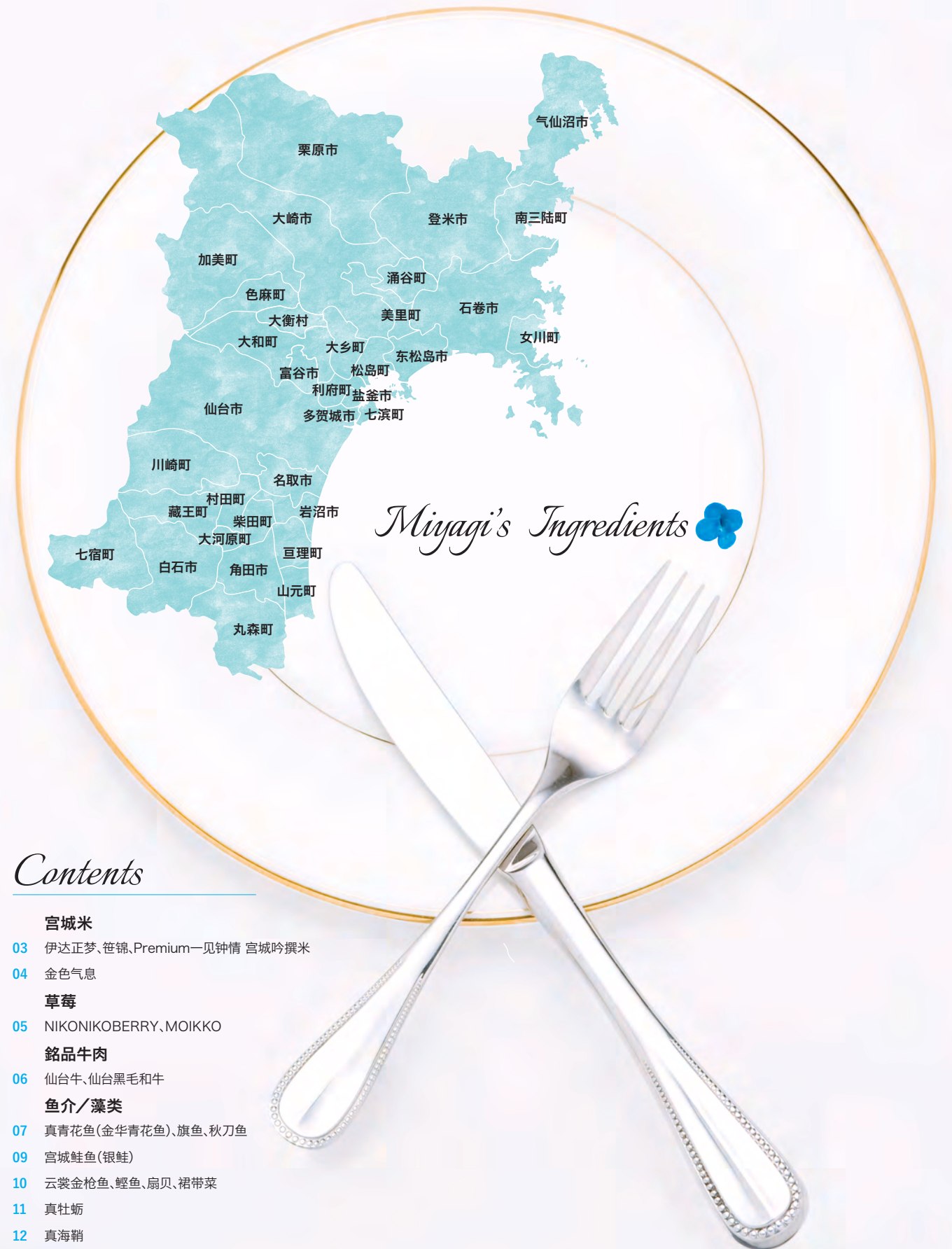
食材王国宫城  
继承传统饮食文化  
创造崭新品种品牌

## 宫城有许许多多的珍贵食材。

宫城县拥有丰饶富丽的大自然，  
有山珍、有海味，有大地滋养的多种食材。  
在宫城各地精心孕育出来的美味，  
我们诚心地希望与更多人同享。  
食材在人类的智慧之下变成一道又一道的佳肴，  
伴随着春、夏、秋、冬在我们心中写下一页又一页的回忆。  
宫城还有许多不为人知的珍贵食材，  
欢迎您来细细品尝。



## 食材王国宫城 为您献上独一无二的美味



### Contents

- 宫城米**
- 03 伊达正梦、笹锦、Premium一见钟情 宫城吟撰米
- 04 金色气息
- 草莓**
- 05 NIKONIKOBERRY、MOIKKO
- 铭品牛肉**
- 06 仙台牛、仙台黑毛和牛
- 鱼介/藻类**
- 07 真青花鱼(金华青花鱼)、旗鱼、秋刀鱼
- 09 宫城鲑鱼(银鲑)
- 10 云裳金枪鱼、鲣鱼、扇贝、裙带菜
- 11 真牡蛎
- 12 真海鞘
- 日本酒**
- 13 酿酒厂一览

# 米已经进入各得其所的时代,所以,我们要选宫城米。

宫城县在日本是有名的稻米产地,“笹锦”和“一见钟情”都是在宫城诞生的。

我们继承着从江户时代延续至今的传统,同时也为了让稻作符合现代的土壤和气候,

我们日以继夜地钻研,代代生产着优质味美的稻米。



## 次世代的高级品牌米

独自设定的严格认证标准  
出类拔萃的高级优良品种

### 伊达正梦 / DATEMASAYUME

宫城从江户时代开始便是日本首屈一指的谷仓。2018年,伊达正梦这个宫城米新品种,在众人的殷切期盼之下终于正式亮相。伊达正梦整整花了十二年的岁月才培育成功,追求的是完美的柔嫩饱满,唯有符合生产要件的登记农家才有资格栽培,生产出来的米也必须通过宫城县和农业协同工会所制定的标准,

才能够冠上“伊达正梦”的标志流通到市场上。

吃一口用伊达正梦煮出来的白米饭,就能感受到一种前所未有的饱满柔嫩,越嚼越能体会到米饭原有的香气和甘甜,即便冷掉之后也能保持柔软和美味,以“夺取天下的美味”来形容也不为过。煮饭时水少放一些,更能享受到伊达正梦的绝妙口感。



## 细心呵护、一丝不苟 金光闪闪的宫城铭品糙米

### 金色气息 / KINNOIBUKI

用金色气息煮出来的糙米饭,粒粒饱满丰润,口口柔嫩香黏,糙米特有的胚芽口感嚼劲十足,每一口都可以感受到馥郁的米香和甘甜。金色气息是宫城县期待已久的糙米品牌,名称来自于它那黄澄澄的米粒。很多人都认为糙米煮起来费时,口感偏硬,而金色气息这个划时代的品种正好颠覆了这个负面印象而备受瞩目。

在加美町经营农业的佐佐木郁郎表示,在遇到金色气息之前他从未吃过糙米。他说:“糙米通常有一种独特的味道,米粒也比较硬,煮之前还得泡水一晚。所以当我第一次吃到金色气息的时候,它的方便跟美味还真让我大吃一惊呢。”

糙米大部分的营养都集中在胚芽,金色气息的胚芽是一般玄米的三倍大,含有的膳食纤维、维生素E和GABA等营养素也特别丰富。佐佐木先生说,选择金色气息的消费者很多都是为了美容和健康,他们曾经与知名化妆品公司联名销售,持续购买的几乎都是女性。不过,想要保持健康的愿望不分男女,近年来由于健康意识的高涨,佐佐木先生也感受到了金色气息的发展性。

“金色气息是一种比较不容易扎根的品种,在灌溉管理上要特别注意。另外,因为它的秧苗比较容易变长,要注意不要让稻秧腰部长得太高。”佐佐木先生不但会定期观察金色气息的成长,也会调整肥料,一边栽培一边摸索,而这些努力都是为了让消费者能够品尝到更美味、更优良的糙米。



有限公司平柳country农产  
专务董事  
佐佐木郁郎



#### 食材重点

金色气息跟一般的糙米不同,炊煮方式和平常的白米完全一样,用起来非常方便,而这也是它最大的魅力之一。金色气息煮成的糙米饭,胚芽口感特别明显,吃起来很有嚼劲,因为它冷掉之后照样美味,在料理上容易应用。



独自设定的严格认证标准  
出类拔萃的高级优良品种

### Premium一见钟情 / Premium HITOMEBORE 宫城吟撰米

一见钟情是米乡宫城的代表性品牌,除了有口皆碑的味道之外,随时随地都能煮出美味的白饭也是它在各地广受好评的原因。为了让一见钟情达到最高品质的境界,宫城县成功地开发出“Premium一见钟情 宫城吟撰米”,它是一种将农药和化学肥料用量减到最低的特别栽培米,并且降低糙米含有的

蛋白质比例来追求理想的味道,每一粒都是经过精挑细选的高优质米。由于宫城吟撰米容易受到气候和土质影响,适合栽培的地区在县内相当有限,不过这份登峰造极的美味,我们绝对有自信向您推荐。



席卷日本全国的和食良米  
衬托美食佳肴的优雅风味

### 笹锦 / SASANISHIKI

笹锦与越光米(KOSHIHIKARI)并列为本国的代表性品牌已经有五十年以上,以前更是寿司饭的最佳选择。由于笹锦非常适合搭配和食,它那优雅的风味和爽滑的口感可以优雅地衬托出菜肴的美味。在1993年一次严重的低温冷害中,笹锦承受受到非常严重的打击,县内许多农家也因此改种较为耐寒

的一见钟情。虽然笹锦的稻作面积骤减,不过在农家们精心培育下,日本全国各地的美食家依然对笹锦情有独钟,人气相当稳固。



#### Recommended menu

口感十足的民族风味  
金色气息与佃煮章鱼

这道菜是为了充分享受糙米的独特口感而设计的。胚芽的口感是金色气息的一大魅力,而切细的佃煮章鱼可以让这种口感更为突出。章鱼在调味方面用了丁香和桂皮,这些香辛料的味道也可以衬托出糙米的风味。



# 让大家笑逐颜开的草莓 新品种的奇迹——NIKONIKOBERRY

“不管吃的人、卖的人还是种的人，希望大家都能开开心心。”宫城的草莓新品种NIKONIKOBERRY，就是在这样的心愿之下诞生的。NIKONIKO在日文里是笑吟吟的意思，绝妙的酸甜滋味令人难以忘怀。

## NIKONIKOBERRY

[亘理町、山元町]  
产季 / 11~6月

NIKONIKOBERRY由宫城原创的草莓品种MOIKKO和著名的TOCHIOTOME配种而成，过程历经了再三的授粉和播种，最后才终于在无数的种子当中诞生出宛如奇迹似的NIKONIKOBERRY。完美无缺的圆锥、鲜红欲滴的切口、恰到好处的酸甜，加工后不失美味，果肉坚实而不易变形，熟透后口感依然实在。由于草莓的糖分在寒冷的季节会凝聚起来，1月和2月是NIKONIKOBERRY最甜美的时节。只要吃上一口，相信您也会NIKONIKO。

## 草莓产地的活力 心想事成的瞬间

NIKONIKOBERRY由宫城县农业园艺综合研究所负责开发，他们从2005年开始着手，但转折点是在2011年的东日本大地震。高山诗织是长年以来从事NIKONIKOBERRY开发的研究员之一，当时宫城县的亘理町和山元町是东北地区最大的草莓产地，不过地震带来的海啸让这些产地受到了严重的打击。高山小姐认为，如果他们可以开发出新品种的草莓，应该可以为当地注入一股新的活力，于是她开始积极地跟农家交换意见，为了研究出更优良的品种而不断进行改良。她说：“我们为新品种取这个名字，是因为我们希望消费者跟草莓农家都能开开心心，如果这个草莓能让大家皆大欢喜，那我们就心满意足了。”



# 品种多彩多姿的“草莓王国”

亘理町和山元町是东北地区最大的草莓产地，在宫城县内属于气候比较温暖的地带。虽然东日本大地震的海啸使当地遭到非常严重的灾害，不过他们建设了“草莓团地”这个大型的温室群，引进作业效率高的高架栽培系统，以最先进的IT技术与长年积累的草莓栽培经验相结合，生产着包括宫城原创品种MOIKKO在内的各种草莓。

此外，他们还利用当地夏季的冷凉气候在夏秋两季进行栽培，即使在夏天也能提供新鲜美味的日本国产草莓，在甜点业界中非常受到瞩目。



## MOIKKO

[亘理町、山元町等]  
产季 / 11~6月

MOIKKO是宫城原创的草莓品种，于2008年正式完成品种登录，同时也是NIKONIKOBERRY的母种。MOIKKO是“再来一颗”的意思，果实硕大、口感十足、清爽甘甜是它最大的魅力，真的忍不住会让人一颗接着一颗。

# 丰饶的大地和水源 孕育出来的顶级铭品肉牛——仙台牛

与北海道和九州农家相比，东北地区农家规模较小，不过也因此能够花更多时间去细心照顾每一头牛。仙台牛必须通过多重而严格的标准审核才有资格称为仙台牛，包括肥肉与瘦肉的“霜降”比例以及肉质的纤细与否等等。获得最高等级的仙台牛，才能让日本全国各地的厨师都赞不绝口。

## 仙台牛 [宫城县全域]

取得仙台牛的称号必须符合两大条件，一是宫城县内登记农家所繁育出来的黑毛和种，二是在日本食肉评级协会的屠体交易标准中获得A5或B5等级的评价。肥瘦比例极佳、肉质浓纤合度、口感柔嫩、风味醇厚和肉汁丰富是仙台牛的极品特征。牛只的繁育，清澈洁净的水源和丰富优质的稻草是不可或缺的。宫城县为日本屈指可数的谷仓，笹锦和一见钟情等优良水稻都在此地生产，入秋之后，由于少雨而且气候干燥，稻草品质极高。仙台牛吃着这些稻草成长茁壮，经过两年半左右的细心培育之后肉质自然不同凡响。



# 最高境界的鲜柔醇厚 各有千秋的仙台牛与仙台黑毛和牛

## 仙台黑毛和牛 [宫城县全域]

仙台黑毛和牛为人气仅次于仙台牛的铭品肉牛，在日本食肉评级协会的屠体交易规格中属C5到B3等级，恰到好处的肥瘦比例是它的特征。仙台黑毛和牛的风味不比仙台牛逊色，肉质柔软，味道香醇，在日本各地都广受好评。



		肉质等级											
		5		4		3		2		1			
脂肪交杂		12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
步留等级	A	A5 仙台牛		A4 仙台黑毛和牛		A3 仙台黑毛和牛		A2	A1				
	B	B5 仙台牛		B4 仙台黑毛和牛		B3 仙台黑毛和牛		B2	B1				
	C	C5 仙台黑毛和牛		C4		C3		C2	C1				

步留:食用比率

# 名列世界三大渔场的三陆海域 丰富多样的新鲜海味

宫城县海域拥有世界级的渔场，渔港多达142座。

在这些渔港当中，日本政府将气仙沼、石卷和盐釜认定为全国少有的“特定第三种渔港”，

在水产业的振兴当中扮演着特别重要的角色。

包含这三座渔港在内的九座渔港附近，都建有当地特色的鱼市场，

种类丰富的三陆鱼介类也是当地人的骄傲。



## 朝气蓬勃的九大鱼市场

### 七滨鱼市场

“东北最小的渔业小镇，日本第一的美味鲜鱼。”以刺网渔业为主的七滨鱼市场打着这句口号，以鲜度卓越的渔产名闻遐迩。他们对鲜度管理非常彻底，渔船设置管理水温的冷水机，卸下的渔获也会立刻放进冷却水槽保鲜。此地渔获种类丰富，当地人称为“BOKKE”的绒杜父鱼更是秋天的人气美味。

### 関上鱼市场

関上是远近闻名的鳃蚶产地而且品质极佳。东日本大地震之后，由于港口腹地重新重建，吸引了许多水产公司前来发展，年轻渔民的增加也让这里显得活力充沛。自动筛选机引进之后，鳃蚶的尺寸级别等规格得以统一，有口皆碑的“関上鳃蚶”可以更顺利地出货到市场上。

### 亘理荒滨鱼市场

亘理荒滨从1970年代左右开始出货“活鱼”，渔民为了让渔获保持新鲜和无伤状态，船只和保管设备都做得相当完善。由于他们重质不重量，如今首都圈也有高级日本料理店和寿司店会指名购买这里的鱼货。为了避免滥捕造成渔业资源缺乏，他们在资源管理方面也非常用心。

肉质紧致、脂鲜味美  
银光闪闪的金华山恩惠



### 石卷鱼市场 真青花鱼(金华青花鱼)

[石卷市 女川町 气仙沼市]  
产季 / 5~12月

三陆海域为世界三大渔场之一，位在其中的金华山海域周边，每年10月左右可以捕获到鲜美肥嫩的超大青花鱼，单日渔获量有时可多达300吨，一公斤以上的超大青花鱼也时有发生。金华山海域的青花鱼主要以定置网、钓竿或围网方式捕获，只有鲜度、鱼脂和大小都够格的青花鱼才有资格冠上“金华青花鱼”的称号。

### 牡鹿鱼市场

金华山是牡鹿半岛外海的一座小岛，周边为世界三大渔场之一。由于船只从该渔场到牡鹿鱼市场只需要30分钟左右，卸下的渔获几乎都是刚捕获的新鲜状态。以刺网或鱼笼捕获的六线鱼、比目鱼和章鱼等渔获，牡鹿鱼市场都有专用的活鱼出货设备，以最新鲜的状态送到首都圈和关西一带。

### 石卷鱼市场

全长880米的鱼市场为日本最大规模，处理的鱼介类多达200多种。为了拓展海外出口市场，取得食品卫生管理的HACCP国际认证，石卷鱼市场已经完成了清净杀菌海水净化设施等许多最先进的设备，以高度卫生管理型的鱼市场来提高国际竞争力。

### 盐釜鱼市场

这里的新鲜金枪鱼渔获量为日本第一，买卖双方不但眼力精准，竞标规模也是全国之冠。来自日本各地的船队，捕获顺着黑潮(暖流)北上的金枪鱼之后都会聚集到此地来卸货。盐釜鱼市场夏天以生鲜金枪鱼闻名，初秋到冬天的云裳金枪鱼有“三陆盐釜东物”之称，在市场上非常抢手。

渔获量蝉联日本第一  
气仙沼的经典海味



### 气仙沼鱼市场 旗鱼

[气仙沼市]  
产季 / 全年

旗鱼是一种肉食鱼，最大的特征是那又长又尖的“吻部”，可以用像剑一样的鼻尖来捕食小鱼。气仙沼的旗鱼渔获量在日本高居首位，有时甚至可以捕获到400公斤以上的超大旗鱼。虽然旗鱼一年四季都有，不过又以10到3月这段期间的旗鱼特别肥美，肉质就像金枪鱼鱼腹一样浓厚美味，在当地又被称为“FUYU MEKA”，即冬季旗鱼之意。

### 气仙沼鱼市场

气仙沼是一座天然良港，水产设备齐全，为日本全国渔船的主要集散地。气仙沼渔场的生鲜旗鱼、生鲜鲣鱼和大青鲨的渔获量高居日本第一，秋刀鱼的渔获量也是本州之首。电子投标系统引进之后，鱼货交易变得更为迅速省力，保鲜也因此做得更加完善。

### 志津川鱼市场

渔场位在金华山以北沿海以及志津川湾内，操业的渔船大多以小型船为主，渔获以真鲷鱼、无角磷虾、大章鱼、白鲑鱼等季节性的鱼贝居多。由于定置网渔船和刺网渔船入港时间不同，为保持鱼货新鲜，竞标会在早上跟下午各进行一次。志津川鱼市场虽然是个小规模渔港，不过大家都干劲十足而显得热闹非凡，在当地又有“小镇厨房”之称。

### 女川鱼市场

秋刀鱼和养殖银鲑是女川鱼市场的主要渔获，尤其是秋刀鱼，收购业者检查鲜度、脂质以及捕获海域之后，列为一级品的秋刀鱼可说是女川的代名词。新引进的银鲑筛选机提高了重量分级的工作效率，省时省力的筛选作业也有助于保鲜。

至高无上的鲜美肥嫩  
享誉全国的秋味极品



### 女川鱼市场 秋刀鱼

[女川町 气仙沼市]  
产季 / 9~11月

千岛海域的秋刀鱼在夏天吃了营养丰富的浮游生物长大之后，秋天为了南下产卵会经过三陆海域。来自日本各地的船队在三陆海域捕获到这些秋刀鱼之后都会聚集到女川，所以女川鱼市场的渔获有四分之一都是秋刀鱼，秋刀鱼渔获量也是本州第一。收购业者以市场为据点，根据鲜度和鱼脂好坏以及捕获的海域来精挑细选，将一级品送往全国各地。



滋养丰富的三陆海域  
鲜度卓越的极品“东物”



**云裳金枪鱼** 【盐釜市】 产季/9~12月

盐釜的金枪鱼渔获量在日本屈指可数,尤其是初秋到冬季,这段时期捕获的云裳金枪鱼尤其鲜美。相较于风味深沉而略带酸味的黑鲔鱼,云裳金枪鱼具有高雅的芳香和甘美的鱼脂,盐釜鱼市场的“三陆盐釜东物”更是不可多得的极品,唯有品质和渔法等各项条件都符合标准的云裳金枪鱼才有资格称之。

您喜欢爽口还是浓厚?  
一年两次的美味



**鲹鱼** 【气仙沼市、石卷市、女川町】 产季/6~10月

已列为“宫城铭鱼十选”的生鲜鲹鱼可分为“初鲹”和“回鲹”。初鲹在夏天顺着黑潮(暖流)北上,风味清爽可口;回鲹在秋天乘着亲潮(寒流)南下,由于鱼身肥美风味浓厚,所以又被称为“TORO鲹”。鲹鱼在一年当中有两种不同的风味可以享受,气仙沼渔港的生鲜鲹鱼渔获量在日本已经连续二十年以上高居第一。

享誉全球的宫城之光  
最高级铭品

## 宫城鲑鱼(银鲑)

【石卷市、女川町、南三陆町】 产季/3~7月

银光闪闪的美丽鱼鳞,鲜美肥嫩的粉红肉身,入口即化,越嚼越甜…。这些都是宫城鲑鱼最大的特征。宫城鲑鱼是宫城县的代表性名产,在人工养殖的银鲑当中品质独树一帜。

宇寿山纯一在石卷从事养殖饲料的原料加工销售,并且用自己的饲料来养殖安心美味的鲑鱼。他对宫城鲑鱼的鲜美非常有信心,他表示:“宫城鲑鱼一捞上岸,我们就会立刻进行放血和抽神经。经过这些处理,宫城鲑鱼就可以长时间保持良好的鲜度。”宫城鲑鱼100%使用固型饲料养殖,固型饲料以高品质的鱼粉、大豆和矿物质调配而成,不像天然鲑鱼那样有寄生虫的危险,可以安心生食。

宫城鲑鱼跟天然鲑鱼和进口鲑鱼还有一个不同的地方就是,每条宫城鲑鱼都会标示生产者的姓名和脸部照片。在山间养殖一年左右的银鲑稚鱼,会在11月左右移到海中的鱼池继续养殖,然后在下一年的3月捕捞上岸。宇寿山先生强调说,宫城鲑鱼的每一道养殖流程都是由生产者在负责管理的。

宫城鲑鱼以寿司或生鱼片等生食方式最为合适。长年培养出来的养殖方式让宫城鲑鱼的高品质得到了国家认定,在宫城县的农林水产品当中,第一个被日本政府登记为“地理标志”(GI)产品的就是宫城鲑鱼。



太协物产株式会社 董事长  
宇寿山 纯一



### 食材重点

3月到7月这段产季的宫城鲑鱼不经冷冻保存,肥嫩鲜美,肉质紧致,为生食最佳时节。生鱼片自然不在话下,以烧烤、火锅等方式享用也非常美味。

### Recommended menu

享受生鲜的肥嫩与甘美

#### 宫城鲑鱼亲子海鲜盖饭

这道海鲜盖饭可以让您尝到100%的宫城鲑鱼美味。白饭上放着宫城鲑鱼的生鱼片和鲑鱼子,还有韩式风味的裙带菜根。宫城鲑鱼建议您用加了蛋黄酱和香橙胡椒的酱油细细品味。



扇贝养殖的最南端  
新鲜味美、风味绝佳



**扇贝** 【石卷市、女川町、南三陆町等】 产季/全年

宫城县为扇贝养殖的最南端之地,产量仅次于北海道和青森县,不过由于地利之便,宫城可以更迅速地将高品质的新鲜扇贝送到首都圈等地。宫城的养殖扇贝受惠于沉降海岸的险峻地形,因为这些地形可使海浪平稳,海中的浮游生物较为丰富,以浮游生物为饵食的扇贝不但生长快速、肉柱厚实,利用CAS冻结技术制造的干贝也非常受欢迎。

三陆海域的惊滔骇浪  
孕育出口感风味十足的裙带菜



**裙带菜** 【南三陆沿海、松岛湾】 产季/12~4月

三陆沿海为沉降式海岸地形,在此地交会的亲潮(寒流)和黑潮(暖流)让大海充满了营养,河川也将山地的养分源源不绝地注入海中。这片丰饶的海域让三陆沿海成为世界三大渔场之一,优质裙带菜需要的环境条件也都一应俱全。“三陆裙带菜”肉厚又富有弹性,口感极佳,裙带菜根的生产在此地也相当盛行。他们在养殖时非常用心,不但会将裙带菜移到最合适的场所,也会把多余的海藻拔掉,三陆裙带菜的高品质绝非浪得虚名。





## 天气越冷味道越鲜美 令人赞不绝口的肉质和风味 真牡蛎

[南三陆沿海、松岛湾等] 产季/10~5月

在气仙沼东部的唐桑半岛从事牡蛎养殖已经有四十年的畠山政则开朗地笑着说“论味道的浓厚，我们的真牡蛎跟其他牡蛎是截然不同的。如果说牡蛎是大海的牛奶，那真牡蛎就是大海的炼乳了。手掌大小的真牡蛎不但肉质鲜嫩，肉身也大到几乎都要挤出壳外了。”

唐桑半岛西侧为浪潮平稳的内海，东侧为寒暖流交会的太平洋。此地盛行的牡蛎养殖充分利用了当地海域的特性，在外海承受汹涌大浪的养殖牡蛎他们称为“MOMARE牡蛎”，买主遍及日本全国。MOMARE为千锤百炼之意，美味的秘密在于它养殖期间特别长。一般的养殖牡蛎大约两年就可以出货，不过包括MOMARE牡蛎在内，唐桑半岛的牡蛎会花三、四年的时间去养殖，所以肉身又大又肥，味道也特别浓厚。

唐桑半岛的牡蛎还有一个特色，他们在养殖过程中每年会进行一次“温水处理”。畠山先生说，养了一年左右的牡蛎会被其他海藻或杂七杂八的贝类遮盖得几乎看不到壳，如果放着不管，营养就没有办法让牡蛎的肉身所吸收，外观形状也会变差，所以他们会把牡蛎放到70度的热水里面去过一下，让附在牡蛎外壳的杂物去除，而且这道温水处理的程序还可以让外壳停止成长，让里面的肉长得更大，营养也更容易累积在其中。唐桑半岛的牡蛎之所以如此硕大鲜美，都是因为畠山先生他们不辞辛劳的努力，重质不重量的坚持让唐桑半岛的牡蛎在首都圈也拥有极高的评价。



唐桑牡蛎协会会长  
畠山 政则



### 食材重点

宫城的牡蛎从冬天到春天这段时间开始变大，不但肉身逐渐饱满，味道也越来越甘甜。此外，春天山上含有丰富的矿物质的雪水慢慢流入大海，到了4、5月时，宫城牡蛎的风味也将达到最浓厚的境界。

### Recommended menu

实实在在的家乡风味  
烫真牡蛎添菜冻

牡蛎咸味菜冻简单铺陈，石卷市当地的“伊达之旨盐”更让这道菜充满了在地风味。



## 家喻户晓的宫城海味 鲜美甘甜、有口皆碑 真海鞘

[石卷市、女川町、南三陆町、气仙沼市] 产季/6~8月上旬

海鞘又称“海菠萝”，口感柔韧，风味绝佳，兼具酸、甜、苦、咸的鲜美也让更多人情有独钟。

宫城县的海鞘产量为日本第一，由于黑潮(暖流)与亲潮(寒流)在三陆海域交会而形成营养丰富的渔场，沿海地区的海鞘养殖非常盛行。远藤仁志也是其中一人，他的养殖场位在牡鹿半岛的寄矶滨(石卷市)。海鞘通常需要花三、四年的时间养殖，产季在6月到8月上旬左右。远藤先生表示“为了调整产量，我们有时候会在第二年就出货，不过最好吃的还是第三年的海鞘。养了三年的海鞘尺寸差不多跟手掌一样大，外壳颜色鲜亮，橘红色的肉身看起来更是鲜嫩欲滴，味道非常甘美，吃过的人几乎都会上瘾呢。”

由于东日本大地震的影响，最大出口对象的韩国对日本海鞘采取了禁止进口措施，宫城的海鞘养殖业也因此受到了非常严重的打击。远藤先生说，当时他辛辛苦苦养出来的海鞘有很多都不得不废弃，让他觉得非常沮丧。不过由于渔业协同工会的产量调整，以及新的国内销路和出口对象顺利开拓，流通量目前已经回到稳定状态。

日本国内有越来越多消费者喜欢海鞘的独特美味，远藤先生也希望有更多人来享受鲜美的海鞘滋味。他说：“直接到产地去品尝是最好的。新鲜的海鞘充满了大自然的甘甜和潮香，吃起来一定跟平常市面上的海鞘不一样。”



MARUKI远藤株式会社 董事长  
远藤 仁志



### 食材重点

海鞘是一种容易腐坏的食材，尚未去壳时可以在突起的前端部位抹盐，然后再立刻以冰水冷却，如此一来便可保持鲜度。生食是体会大自然潮香最好的吃法，不过清蒸海鞘和蒜蓉海鞘也是难以割舍的美味。

### Recommended menu

海鞘和青酱的绝妙组合  
青酱海鞘意大利面

新鲜的海鞘以橄榄油炒过之后香甜味美，对海鞘敬谢不敏的人不妨试试这道美食。加了松子和开心果的青酱吃起来更加可口。



