

わが国の水産業

# さけ・ます

さけはロマンの魚です



アイヌの人たちは、古代からサケを神様の化身だと信じ、新しいサケを迎える「サケ迎え」の祈願祭を催して豊漁を祈りました。また、美しい娘に化身したサケと若者の恋物語、サケを悪魔の手から護ってやった若者の話など、数多くの伝説が語り伝えられています。

サケが川を上って産卵し、一生を終える姿を見ると、遠い祖先から受け継がれてきた自然を大切にしなければ……と教えられます。

昭和60年3月



# サケ・マスの仲間と生活

サケ・マスと言えば、多くの人は秋に大群を成して河川を遡上するシロザケや新巻を連想することと思います。また、釣りの好きな人は山深い溪流でのヤマベやイワナを想像することでしょう。これらはみな、サケ・マスの仲間です。

普通、サケ・マスと言うと、サケ科の4属(サケ属、ニジマス属、イトウ属、イワナ属)の魚をさします。わが国ではサケとマスは全く違った魚のような表現をしており、この場合のマスはサクラマスやカラフトマスを表していることが多いのですが、学問的な分類ではマス科などというものはなく、すべてサケ科に含まれます。このうちサケ属(シロザケ・ベニザケ・ギンザケ・マスノスケ・カラフトマス・サクラマスなど)は太平洋北部とその沿岸一帯に分布するので、一名太平洋サケとも呼ばれます。ニジマス属(ニジマス・ブラウントラウト・大西洋サケなど)のうち、ニジマスは主に北米太平洋に分布しますが、その他のものはほとんど大西洋北部海域とその隣接地方に分布しています。イワナ属(イワナ・アメマス・オシロココマなど)は北半球北部のほぼ全河川に分布します。イトウ属(イ

トウ)は北海道やソ連などのアジアにのみ分布する大型魚です。

サケ科の魚に共通する特徴として、いずれも背中尾の近くに「あぶらびれ」という肉質の小さな扇状のひれを持っています。また川の上・中流や湖岸で砂利床に穴を掘って産卵します。生活域はいろいろなタイプに分類され、生活の一時期を海で暮らす魚種と、一生を川で生活する魚種とがあります。一方サクラマスのように同じ魚種でも、海に下るもの(降海型)と、川に残って一生を過すもの(河川残留型)に分れることもあります。海での生活期間も数か月から数年までと、魚種によって様々です。たとえばサケ属は一般に数年にわたって外洋域で生活しますが、イワナ属・イトウ属では一部海に出るものでも数か月程度で、大部分は沿岸域どまりです。ニジマス属の魚種はこの中間型で、イワナ属に近いものと大西洋サケのように外洋を大回遊するものがあります。

サケ・マスは産卵期が近づくと、今まで銀白色だった体色が変わり、婚姻色(例:ベニザケは紅色、シロザケは黒・黄・桃色の混った雲状斑)を示すようになります。また雄の場合は、背部が張り出す(例:ベニザケ・カラフトマス)、鼻が鉤状に曲る(例:ベニザケ・シロザケ・カラフトマス)など、体色や体型に大きな変化が起ります。太平洋サケは生涯に一度しか産卵しませんが、それ以外の種では何度も産卵します。

サケ・マスの仲間は、本来は淡水魚であったものが、豊



シロザケ(サケ) *Oncorhynchus keta*

日本の沿岸河川に遡上するのは、この種類が大部分で、ふ化放流の主力魚種。体長は5年で70cmになる。お正月の新巻きざけでおなじみ。すじこやイクラがとれる。



ベニザケ *Oncorhynchus nerka*

日本に天然で回遊することなく、この種類の陸封型のヒメマス(体長約30cm、北海道ではチップという。)がいるだけ。体長は4年で60cmになる。産卵期になると魚体が紅葉のように紅くなるのでこの名がある。



ギンザケ *Oncorhynchus kisutch*

日本に回遊しないが、近年アメリカから卵を輸入してふ化し、宮城・岩手県下で海中養殖されている。体長は3年で70cmになる。美味。



サクラマス *Oncorhynchus masou*

岩手県以北の太平洋沿岸や日本海の沿岸・沖合に回遊する。体長は2年半で60cmになる。降海したものをサクラマス、川にそのまま残るものをヤマベ(メ)という。非常に美味、将来のふ化放流のホープ。

富な海の餌を利用できるように進化の過程でだんだんと海洋性を強め、イワナ型→ニジマス型→サケ型の順に進化したと考えられています。

私達の生活に関係の深い太平洋サケについての特徴を表にまとめてみました。

## 母川の識別

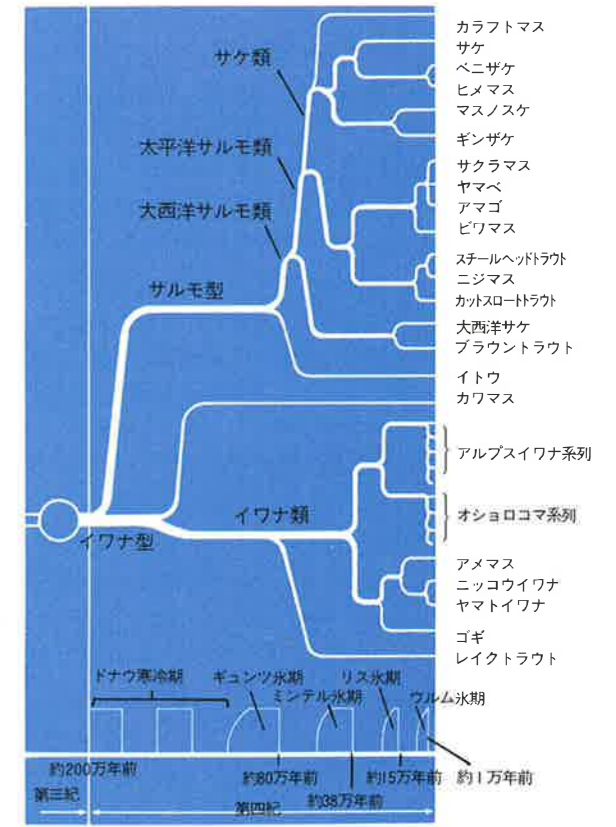
太平洋サケには母川回帰能力があります。意外なことに、母川は遺伝的に決ったものではなく、下った川が母川になります。卵の時代に他の川に移されると、移された川が母川になります。子供の時代に別の川に移しても、移された川に帰ってきます。まさに母川は、氏より育ちなのです。

魚は嗅覚の発達した動物ですが、太平洋サケもそうです。川に帰ってきた太平洋サケをつかまえて色々な川の水を鼻に流してやると、母川水の時だけ脳波に大きな反応がでます。これは沿岸でつかまえたものでも同様で、特定の川の水だけに強い反応がでます。

母川水に含まれた特有の匂いを降海期に記憶し、それを手掛かりに自分の川を見つけると考えられています。このことは、目かくし実験や鼻づまり実験でも確かめられています。川に帰ってきたものを再放流しますと、目かくしされても自分の川へ帰れますが、鼻をふさいだり、嗅神経を遮断したりしますと自分の川へ帰ることができません。

このように沿岸域まで到着すれば、母川特有の匂いによって母川を見つけることができますが、沖合域については、母川回帰機構を十分に説明できるまでには至っていません。

## 生化学的方法を基に推測されたサケ・マス類の進化



——昭知(1975)に久保(1980)加筆——



マスノスケ(キング・サーモン) *Oncorhynchus tshawytscha*

カラフトマス *Oncorhynchus gorbuscha*

日本には回遊しない。サケ科の中で一番大きく体長1m以上になる。アメリカ・カナダに多く、スポーツフィッシングの対象としても有名。

日本では主に北海道宗谷岬から納沙布岬の間のオホーツク沿岸域に遡上する。魚体は小さく、2年で成魚となる。体長55cm。

## 太平洋サケの特徴

和名	呼び名		主な分布域	年令			成魚の体重(kg)	肉の色
	別名	河川残留型		淡水	海洋	全期		
シロザケ	サケ、シロ、アキアジ、オオスケ、トキシラズ	—	日本、ソ連、米国、カナダ	1~3か月	2~4年	3~5年	約4	桜色
ベニザケ	ベニ、ベニマス	ヒメマス	ソ連、米国、カナダ、(日本)	0~3年	2~3年	4~6年	約3	紅色
ギンザケ	ギン、ギンマス	—	ソ連、米国、カナダ	1~3年	1.5年	3~5年	約4	紅色
マスノスケ	スケ、キング・サーモン	—	ソ連、米国、カナダ	0~1年	2~4年	3~6年	約10	紅色
カラフトマス	マス、アオマス、セツバリマス、サクラマス	—	ソ連、米国、カナダ、日本	数週間	1.5年	2年	約2	桃色
サクラマス	ホンマス、ママス、サクラ	ヤマベ(メ)	日本、ソ連	1~2年	1年	3~4年	約2	桃色

注1/朝鮮半島の日本海側にもシロザケ、カラフトマス、サクラマスがいます。  
注2/淡水年令には卵や砂利に潜っている期間を含めていません。

# 分布・回遊

太平洋サケは冷水性の魚なので、海でも寒流の勢力の強いところに分布します。従って分布の南限は、暖流と寒流が衝突する亜寒帯境界線になりますが、この境界線は季節によって南北に移動します。北緯40度付近が寒冷期の南限になります。

海から川へとサケが遡上するのは寒流の影響を受ける地方で、アメリカ側ではサンフランシスコ近くの川まで、日本の太平洋側では茨城県以北、日本海側では富山県以北の川に遡上します。まれに静岡県や福岡県の川に迷い

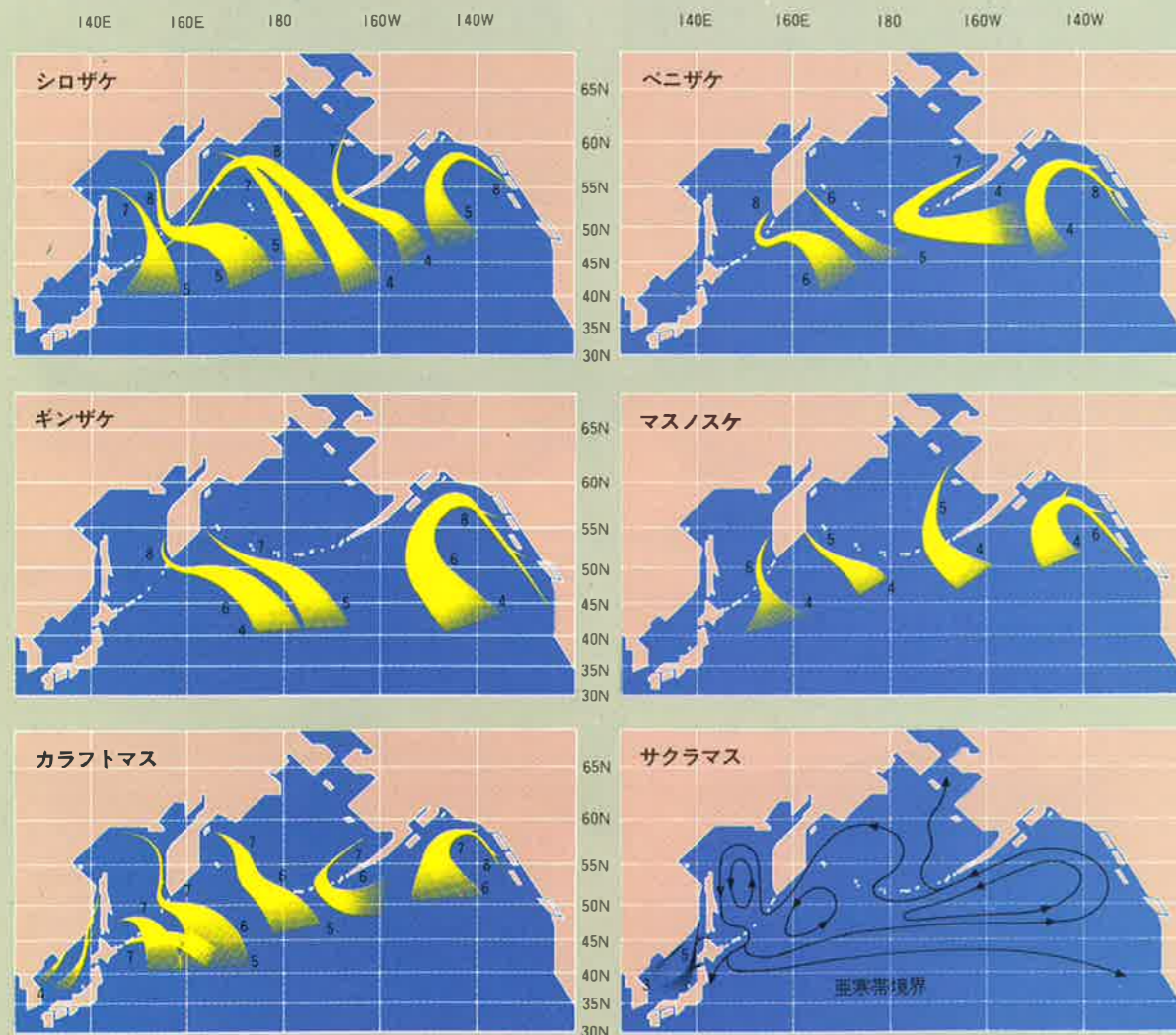
込んで、新聞をにぎわすこともあります。

太平洋サケは母川回帰性(自分の育った川に産卵に戻る性質)があるので、海での回遊範囲にも自ずと限界があり、アジア側から降海したものは太平洋のアジア側を中心に、北米側からのものはアメリカ・カナダ側を中心に回遊します。

日本のシロザケは太平洋サケのなかでも大回遊する代表選手で、降海した若い魚は東に流れる海流に乗って太平洋の沖合まで回遊し、最後の年には太平洋東部のアラスカ湾近くからベーリング海を回り、千島列島沿いに日本に帰ります。

産業的に重要な太平洋サケの主要魚種について、分布回遊を模式化してみました。

沖合からの回遊路(成魚)



注1/ 図中の数字は、月を表わす。 注2/ 右下の図の矢印(→)は、海流を表わす。

# 漁獲の状況

太平洋サケの、近年20年間(昭和36年~55年)の平均漁獲量は約42万トンで、時代により多少の波はあるものの比較的安定しています。

カラフトマスは、太平洋サケのなかでは量的に最も多く16.6万トンで40%を占めます。特にアジア側で多く、この魚の寿命(卵から成魚になり産卵するまで)が2年なので一年おきに子孫つながり、この結果アジア系では西暦の奇数年系列が特に大きな資源量を保っています。このため奇数年が豊漁年となります。

シロザケは、11.4万トンで太平洋サケの28%を占め、アジア側に多く、日本沿岸で秋に漁獲されるサケの大部分はこの魚種です。人工ふ化放流の主力魚種となっています。

ベニザケは、7.2万トンで17%を占めます。この魚は幼魚の時期に湖で育つため、大きな湖の多い北米側に多く産みます。日本では、ベニザケの湖沼残留型のヒメマスが、支笏湖や十和田湖などにいます。

サクラマスは、アジア側にだけいる魚ですが、他の太平洋サケに比べるとわずかな漁獲量しかありません。ギンザケは、3.9万トンで9%、マスノスケは、2.3万トンで6%と少なく、アジア側より北米側に多く産みます。

以上のように、アジア側と北米側では、魚種構成に差があります。アジア側では生れた子供がすぐ海に下るシロザケやカラフトマスが多く、北米側では、幼魚時代に川や湖で長期間過すタイプの魚が多くなっています。しかし両大陸側の漁獲量は約20万トンとほぼ同じで、このバランスは長い間変わっていません。

漁獲量を国別にみても、各国の長期間の漁獲量はほぼ横ばい状態です。近年20年間の国別平均漁獲量でみると日本約13万トン、ソ連8万トン、アメリカ15万トン、カナダ6万トンです。この中でアメリカの漁獲量が最近伸びつつあり、ソ連の漁獲量も回復しつつあります。

日本の漁獲量は下表のとおりで、全体としてわずかに減少傾向にありましたが、この減少は外国の規制強化による沖獲り漁獲量の減少によるものです。しかし近年になって人工ふ化放流事業が成功し、沿岸に回帰するサケが増えたために、この穴埋めができるようになりました。

太平洋サケの魚種別漁獲量

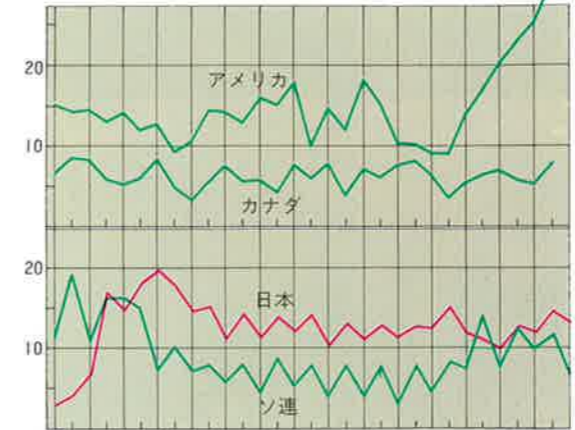
(単位: 百分率は%, その他は千トン)

項目	地域	ベニザケ	シロザケ	カラフトマス	ギンザケ	マスノスケ	合計
漁獲量 (1,000トン)	アジア側	17	79	92	11	3	202
	北米側	55	35	74	28	20	212
	合計	72	114	166	39	23	414
百分率	地域内	17	28	40	9	6	100
	地域間	9	39	46	5	1	100
	地域内	26	16	35	13	10	100
地域間	アジア側	24	69	55	28	12	49
	北米側	76	31	45	72	88	51

注/昭和27年以降の平均

太平洋サケの国別漁獲量

(単位: 万トン)



昭和27年 29 31 33 35 37 39 41 43 45 47 49 51 53 55 57

—北太平洋漁業委員会統計年報より—

日本のサケ・マスの漁業種類別漁獲量

(単位: トン)

年 (昭和)	漁獲量	遠洋				計	沿岸				海面計	内水面	
		母船式 さけ・ます	さけ・ます 流し網	その他 はえなわ	計		大型定置網		小型 定置網	その他			計
							さけ・ます	その他					
42	151,450	42,544	57,692	28,097	85,789	13,431		3,709	2,946	20,086	148,419	3,031	
47	121,612	35,205	54,656	2,749	57,405	20,627	1,238	3,680	1,446	26,991	119,601	2,011	
52	120,181	23,565	38,354	2,539	40,893	37,349	4,068	6,958	3,632	52,007	116,465	3,716	
57	145,695	15,429	26,421	3,250	29,671	58,968	16,123	11,158	4,959	91,208	136,309	9,386	
58	170,104	15,414	26,086	4,669	30,755	72,149	24,299	13,601	4,818	114,867	161,036	9,068	

—農林水産省「漁業養殖業生産統計年報」(58年は速報値、その他には刺し網、釣り等を含む)より—

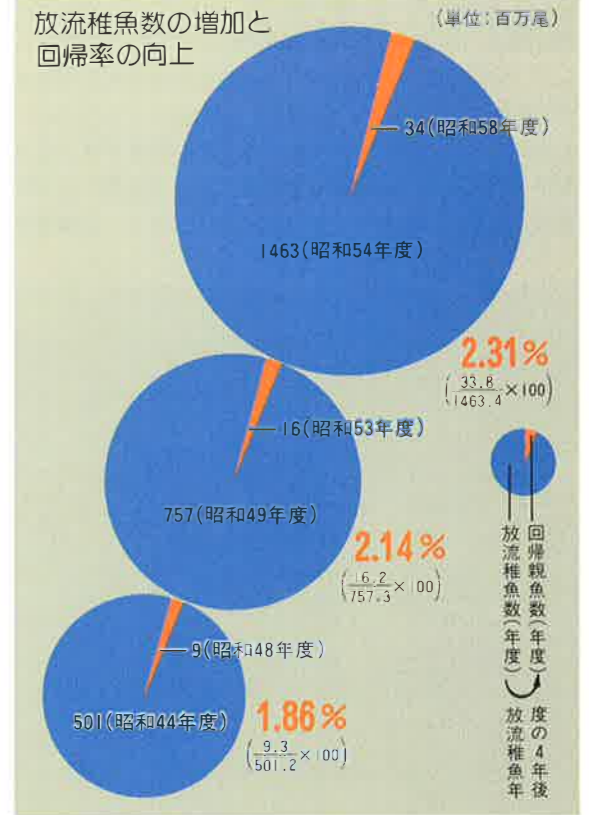
# 増えてきた サケ・マス資源

日本産のサケ・マス資源は長いことふ化放流事業によって保護されてきました。日本のサケ・マスの産卵河川は小さく、かつ付近に都市村落が多いため水質悪化の影響を受けやすいなど、自然産卵だけで現在のように、資源を増やすことは到底できなかつたと思われまふ。永年にわたってふ化放流に取り組んだ結果、回帰魚が増え始め、昭和40年代には500万尾程度だったのが、現在では3千万尾にもなりました。増加の原因は、各地のふ化放流設備の整備により放流尾数を増やしたことのほか、ふ化放流技術の改善による回帰率(回帰親魚数/放流稚尾数)の向上があげられます。これは厳しい自然環境にも耐えられる健康な稚魚をつくるための飼育技術の改良や、稚魚の生育に適した時期の放流などによるもので、昭和40年代に1~2%であった回帰率が、近年では2~3%にもなりました。

現在、ふ化放流事業の主な対象となっているのはシロサケで、全放流稚魚数の95%を占めていますが、今後はベニサケやサクラマスなどの増産も計画されています。消費者へよりおいしい魚を安定供給するため、国や道府県などのふ化場では技術の開発や施設の整備が進められています。



その上のため河口に集ったサケの群れ



サケ・マス稚魚放流実施河川の推移 (単位:水系数)

地域	年度	40	45	50	55	58
北海道		65	83	130	167	181
本州		59	63	91	147	152
計		124	146	221	314	333

## サケのふ化放流の工程



### 1. 捕獲

9月から12月にかけて、産卵のために自分の育った川に戻ってきた親サケを生けどりにし、蓄養池に收容します。



### 2. 採卵・受精

蓄養池で成熟した雌のサケの腹を切開し卵をとり、これに雄のサケの精子をかけてかき混ぜ、給水すると受精が行われます。

雌1尾から約2500粒の採卵ができます。



### 3. ふ化

卵は約8℃の水を流したふ化槽に收容してから、約1か月たつと、外から仔魚の目が見えてきます。それからさらに1か月で卵から仔魚がふ化してきます。



### 4. ふ上・飼育

仔魚は約50日間で<sup>さいのう</sup>嚔嚔(稚仔の腹部にある栄養のつまったふくろ)の栄養を吸収し、稚魚としてふ上し遊泳を始めます。これより約1か月の間、飼育池で餌を与えて丈夫な稚魚に育て、放流に適した時期を待ちます。



### 5. 放流

3月から5月にかけて川や海の水温や餌の状況が稚魚の生育に適した時期になると、河川に放流します。このころの稚魚の体長は4~5cm(約1g)です。

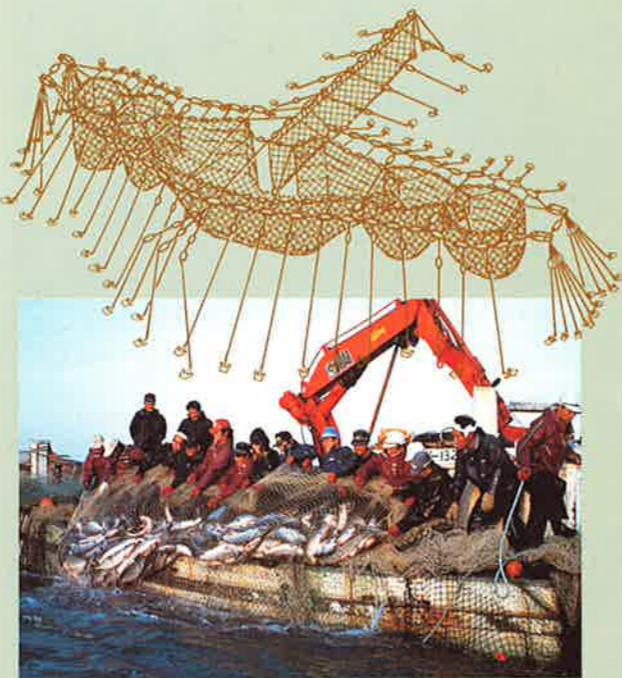
# 漁獲の方法

サケ・マスの漁獲は、産卵のため母川に回帰する9月～翌年2月の間、日本沿岸で定置網を使って漁獲する沿岸獲りと、索餌回遊中の5～8月ごろ、北洋の一部海域な

## 定置網漁業

この漁業は沿岸海域に図のような構造の定置網を設置して、産卵のため母川に回帰するサケ・マスを漁獲するもので、垣網によって行手を妨げられたサケ・マスが垣網に沿って沖に移動し、魚捕り部に入り込むと出られないような構造になっています。近年では、天井網のついた中層定置網も使われています。網揚げは普通、朝夕の2回行われます。

定置網によるサケ・マスの漁獲量は、年々増えて昭和58年は約11万トン程度です。これはふ化放流事業の成功によるものであることは言うまでもありません。このようなことで定置網漁業者はサケ・マスのふ化放流事業に積極的に協力しており、毎年のふ化放流経費の30～40%を負担しています。



独航船(127トン型)43隻で1船団となり共同行動します。独航船は刺し網を使ってサケ・マスを漁獲し毎日母船に水揚げします。母船は獲れたサケ・マスを冷凍や塩蔵などの加工をし、また独航船に対し燃料・食糧などの補給をします。昭和58年には4船団が出漁しました。

## 母船式さけ・マス漁業

東経175度以西のアリューシャン西部海域およびベーリング海の公海海域で5月～8月の間操業します。母船(8,000～10,000トン)1隻と



## 刺し網漁業

この漁業は、かすみ網のような見えにくい網を12～15kmの長さで海面近くに張り、サケ・マスを網目に刺させ、またはからませて漁獲する方法です。漁場によって母船式さけ・マス漁業、中型さけ・マス流し網漁業、小型さけ・マス流し網漁業に分けられています。

## はえなわ漁業

この漁業は幹縄に釣針のついた枝縄を多数つけた漁具を使って漁獲するもので、餌にはカタクチイワシやサンマの切り身などを使います。

どで刺し網を使って漁獲する沖獲りとに分けられます。沿岸獲りの対象となる魚種のほとんどがシロザケで、このほかごく少量ですがカラフトマス(7月)、サクラマス(5月)も獲れます。一方、沖獲りの対象となる魚種は、日本にも回帰するシロザケのほか、ソ連に回帰するベニザケ・ギンザケ・マスノスケ・カラフトマスです。漁業種類別の漁獲量は4頁のとおりです。

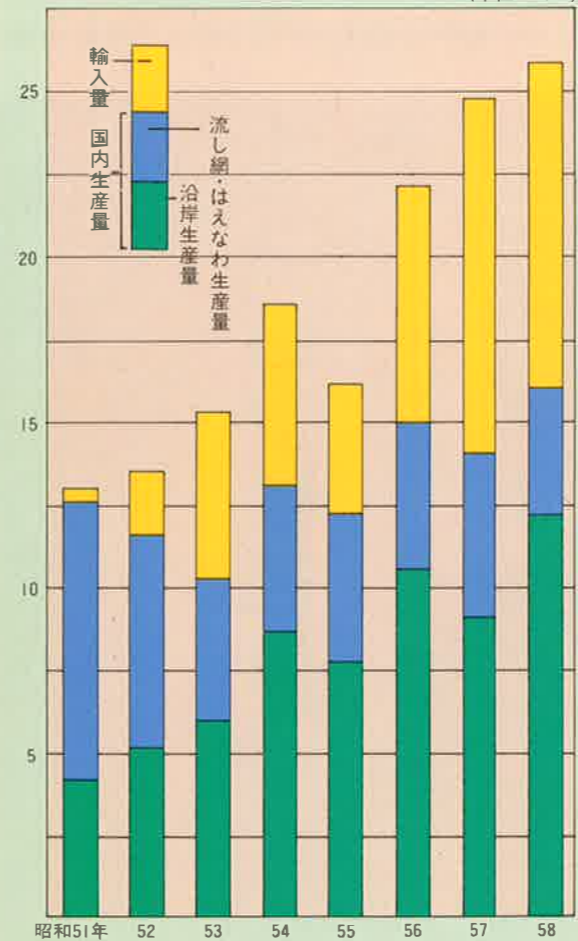
# 需給の状況

サケ・マスの供給量は、沿岸生産量や輸入量の増加によって年々増えてきています。昭和51年には約13万トンでしたが、58年にはその2倍

の約26万トンが国内に供給されました。昭和58年のサケ・マスの輸入量は約10万トン、金額では水産物全体の輸入金額の8.5%を占める850億円でした。輸入されているサケ・マスの多くは、日本には回帰しないベニザケなどです。また輸入相手国はアメリカが最大で、輸入金額の約9割を占めています。

## サケ・マスの供給量の推移

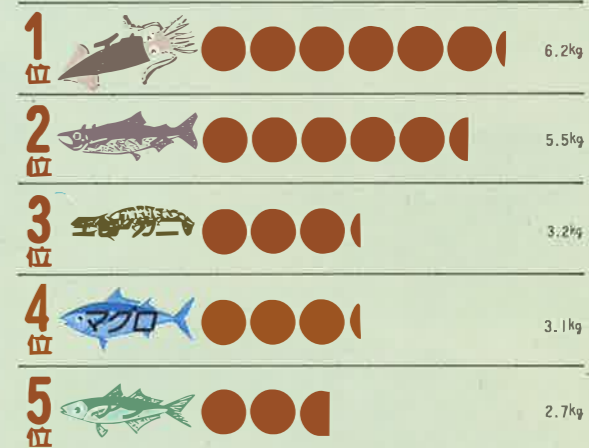
(単位:万トン)



—農林水産省「漁業養殖業生産統計年報」および大蔵省「日本貿易統計年報」より—

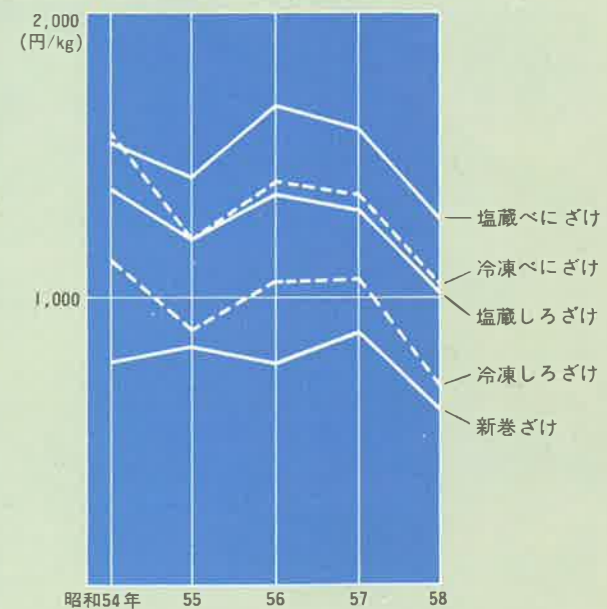
## 家庭内で食べる魚介類のベスト5

サケ・マスは、日本人の最も好む魚のひとつで、家庭内におけるサケ・マスの購入量は年々増加してきています。昭和58年の年間一世帯当り購入量は約5.5kgで、イカの6.2kgに次ぐ量となっています。



注/1世帯当り。 —昭和58年総務庁「家計調査年報」より—

## サケ・マス類の市場価格の推移



—昭和58年東京都中央卸売市場年報より—

サケ・マスは、ふ化放流事業によるシロザケの回帰が順調であること、近年ベニザケの輸入量が高水準であることなどにより供給が増えているため、比較的購入しやすい価格になってきました。特にシロザケはふ化放流事業の発展によって、今後とも安定的に供給されると考えられるので、今まで以上に消費者に親しみやすい魚になっていくことでしょう。

# 加工品と料理

## サケ・マスの加工品

サケ・マスの食品としての価値は非常に高く、頭から尾までほとんど残すところなく食用に供され、また古くから多種多様の製品に加工されています。

主な製品は「新巻き」の名で呼ばれている塩蔵品、それに缶詰、くん製などです。塩蔵品の生産量は最も多く10万トンを超えています。以前は保存性を良くするため多量の塩を用いていましたが、最近では消費者の嗜好の変化から、薄塩のものも多く出回るようになりました。こ

の傾向はくん製品でも同様で、塩加減を抑え短時間のくん煙で仕上げるフィレータイプのソフトな製品が伸びています。一方、缶詰は昭和50年ごろまでは生産量も多く、マグロ缶詰などと共に輸出されていましたが、漁獲制当枠の減少で母船式サケ・マス漁業による缶詰の生産は休止され、生産量は激減しました。しかし最近では国内需要に対応するため、陸上での缶詰生産が増加しています。

その他の加工品として、いずし、切り込み、かす漬などの漬物類、トバなどの干物やフレック製品、マリネや昆布巻のような調理食品、さらに練り製品やハムタイプのもので各種のものがああります。

サケ・マスの魚卵製品であるすじこ・イクラなどには根

強い人気がありますが、これらの多くはアメリカなどからの輸入品です。その他めふん、氷頭なます、ちゅうなどの珍味類も酒の肴として珍重されています。

## サケ・マスの料理

サケは昔から庶民の魚として多くの河川で獲られ、各地域に独特の郷土料理が発達してきました。また日本ばかりでなく、ロシア料理、フランス料理、インディアン料理などにみられるように、サケを取り入れた料理は世界各地にあります。すなわち、美しい紅色で生臭みの少ないサケは、洋風料理にも和風料理にもよく合い、直火焼き、バター焼き、ホイル焼き、チーズ焼きのような焼き物、揚げ物、鍋物、スープ煮、冷たいサラダやマリネ、

すしなど、いろいろな調理法を楽しむことができます。ここには、各地の郷土料理や、ちょっと変わった料理をご紹介します。

## サケ・マスの美しい色は…

サケ・マスの肉色は美しい紅色で、食欲をそそります。これはアスタキサンチンというカロチノイド系の色素が含まれているためで、その含有量は種類によって異なります。すなわち紅色の濃さに比例し、一般にベニザケやギンザケで多く、シロザケなどで少ない傾向にあります。海から産卵のため沿岸に回帰し河川を遡上する頃には、性成熟がかなり進行し、肉中の色素は卵や表皮に移行してきます。これが婚姻色発生の原因となっています。

## 加工品のいろいろ

鮭は、頭から尾まで、無駄なく利用することができます。



### スモークサーモン

従来は塩辛く、硬いものが多かったが、最近ではソフトで薄塩のものも工夫され、食卓を賑わしています。

### ハムタイプの製品

鮭のフィレーを巻いてロールハム状に成型したものや、これを燻煙処理したものなどがあります。



### 新巻き

腹部の厚い秋鮭がとておいし。「荒巻」とも書く。腹部が銀色に輝き、



### 鮭のオードブル



### 中骨の部分

細長く切り、昆布巻きなどにして煮ると、骨の旨みが出ておいしくいただけます。

### 皮

鮭の皮は、関西のハマ皮のように、「なれ焼き」にすると非常に美味です。



中骨、尾筋、翅など「アラ」は、郷土料理のタニに重宝です。

### 各種新製品

大量に獲れる秋鮭の肉を利用して、鮭かまぼこ・ソーセージなどの練り製品やふりかけなど、いろいろな加工品が工夫されています。

### イクラ

本来は、「魚の卵」という意味のロシア語。成熟した卵を、バラバラにして塩蔵したもの。

### ちゅう

鮭の胃袋を塩蔵後、甘辛く調味熟成させたもの。

### すじこ

鮭の卵巣(袋で包まれている状態)を塩蔵したもの。

### めふん

(脊腸の塩辛) 鮭の腎臓を塩蔵して熟成させたもの。酒の肴のなかでも特に珍重されています。

### トバ

身を縦に切って乾燥させたもの。酒の肴。

各種缶詰・瓶詰 缶詰は骨まで食べられ、手軽なカルシウム源です。

## 郷土料理のいろいろ

それぞれの河川流域で、その地方独特の郷土料理が発達しています。

### 石狩鍋

塩鮭・白菜・大根・ねぎなどを煮込み、サンショウ味噌で味付けします。水頭、骨、白子も加えると美味。



### 鮭の麩漬

三枚におろした生鮭を3~5mmに切り、塩と麩で3か月ほど漬け込み熟成させたもの。



### 酒びたし

固く干し上がった塩引きの肉を短冊型に薄くそぎ、清酒に浸して食べる。新潟北部独特の酒の肴。



### ますずし

富山名産の押しずし。サクラマスの切り身を酢で締め、すし飯にのせて熊笹でくるんだもの。



### ルイベ

鮭の切り身を凍った状態で器に盛り、解ける寸前の味を楽しむ料理。ロシア語「ルイバ」は魚、アイヌ語「ルイ・エベ」は「とける食べ物」。



### チクタク

「我々か切り刻んだ食べ物」の意。尾筋、鰓蓋、水頭を白子(精巣)や火を通した肝臓と一緒に細かく刻み、生ネギと塩で味付けしたアイヌ料理。



### 串焼き

塩をふった鮭の切り身に、イマニツ(焼き串)を刺し、囲炉裏の火の周囲に立ててゆっくりと焼きます。



### 飯寿司

熊笹を敷いた飯に鮭の切り身を何層にも重ね、押し蓋をして1か月程で仕上げます。正月料理にも重宝。



### 三平汁

鮭の頭と野菜をコトコト煮込み、酒粕で味付け。寒い夜、体が温まります。



### 氷頭なます

氷頭を水にさらし、酢につけて、大根・人参なますと和えます。地方によってはイクラも添えて、正月料理や酒の肴に。



### はらこめし

鮭の煮汁の炊き込み御飯に鮭の身(はらこ(イクラ))をのせていただきます。阿武隈川流域の伝統的料理。



### 雑煮

正月を祝う雑煮の具に塩引き鮭やイクラを加えるところもあります。



### 紅葉漬

おろして塩をした子持ち鮭の身とすじこを麩、味噌、醤油と混ぜて漬けたもの。色が美しく、味の上品な福島の珍味。

## 変わった料理のいろいろ

### 揚げ鮭の甘酢づけ



### 鮭のおろし和え



### 鮭のキャベツ巻き



### サーモンパイ

