

明日の暮らしを豊かにする情報誌[エネトピアン]

enetopian

【巻頭特集】エネ食 鳥取「地サーモン」

2021

7

July





鳥取「地サーモン」

令和の日本の魚食をリードする存在へ期待大

◎編集／鳥取情報文化研究所 文・撮影／飯田若菜 撮影／田中良子

海上と陸上で特色を活かし
県内3か所で養殖を展開

2018年「水産白書」によれば、現代の日本人が1番好きな魚は「サケ」。多くの人には「サーモン」の名が馴染み深いかもしれない。日本では1970年代後半からギンザケの養殖が宮城県で始まったが、東日本大震災の津波で壊滅的打撃を受けてしまった。その国産サーモンを最先端の手法で再興し、新たな産業とブランドとしているのが鳥取県産の「地サーモン」だ。

先駆的存在といえるのが、元三陸沖の加工施設を震災後に移転し2011年から養殖を行う弓ヶ浜水産のギンザケ「境港サーモン」。魚の欲求に応じて餌を与える自動給餌と自



境港サーモンの給餌施設と生簀（上）。琴浦町赤碕にある「日本一大きい養魚水槽」（下）

養殖を実現した。衛生・温度管理を徹底し、1年を通じて生で出荷できるのも強みだ。町内の飲食店では丼やパスタなど、新しい名物料理も目見えしている。

標高350メートルの山中の養魚場では、JR西日本がこの春から販売を始めた「クラウンサーモン」が育つ。ワサビの名産地である倉吉市関金地区で、水温上昇の心配がない冷涼な湧水が良質なサーモンを育てる。関西が主な販売先だが、地元でも人気となる日に期待したい。

地元民から県外客まで
味と肉質のよさに高い評価

「地サーモン」は県内の飲食店にとっても注目の食材だ。鳥取県を代表する観光地、鳥取砂丘のドライブイン・砂丘会館では境港サーモンを使った「サーモン丼」を提供。料理長の濱田直樹さんは「地元の食材を食べていただくって、4年前から始めました。いまや1番人気のメニューです」と嬉しそうに話す。

「地サーモン」は県内の飲食店にとっても注目の食材だ。鳥取県を代表する観光地、鳥取砂丘のドライブイン・砂丘会館では境港サーモンを使った「サーモン丼」を提供。料理長の濱田直樹さんは「地元の食材を食べていただくって、4年前から始めました。いまや1番人気のメニューです」と嬉しそうに話す。

育ち方などを知って県外の人にオススメすれば、鳥取の代表的な食材に成長するのでは」と期待をかける。わが国の魚の消費量が減少傾向にある中で、サーモンは消費が伸びている稀有な存在だ。「魚といえばサーモン」という時代が来れば、鳥取県産のサーモンが日本の魚食をけん引するかもしれない。鳥取県のキッチンフレイズ「食のみやこ」は、令和の時代について開花する！鳥取の地サーモンの美味しさに、ますますそう思ってしまうのだ。



料理長 濱田直樹さん
地元の方もぜひ、砂丘に遊びに来て、サーモン丼を食べてください！



サーモン丼

色鮮やかな大切れの「境港サーモン」が白米を覆い尽くし、背も身もキラキラと輝いて、これぞ豪華絢爛。サーモンは身が甘く脂があっさりとして上品で、適度な歯ごたえが心地いい。まずは一切れ、サーモンのみで味わいたい。1500円。

砂丘会館

☎0857-22-6835

〒鳥取市福部町湯山2164

☎11:30～14:00(変動あり) 困なし



column お家で地サーモンを美味しく楽しむ

オススメの食べ方を
伝授！ぜひお試しあれ

※店舗により販売期間や生鮮など状態が異なる場合があります。

◇境港サーモン

スーパー「HOK」「新あじそう・東宝ストア」「まるごう(5月末頃まで)」

◇琴浦グランサーモン

スーパー「マルイ」「サンマート」・赤碕町漁協直売センター・木村鮮魚店

まずは境港サーモン。「活メ」ですので、お刺身でどうぞ。焼き魚にしても身がふっくらしてとてもおいしいです。」と教えてくれたのは弓ヶ浜水産の鈴木龍生さん。焼きは砂丘会館の濱田料理長もオススメ。そのポイントとは「皮」「焼く」とパリッとしておいしい！ぜひ皮まで食べてください。

1年中生で出荷される琴浦グランサーモンは「生食」を推し。ぜひ刺身で。きれいな味を楽しめますよ(燻製道楽・青木利晴さん。生産者の鳥取林養魚場の小泉総司さんによれば、食感や旨味を変えて楽しめる方法があるという。「サク」の状態でも面に塩を振って冷蔵庫で寝かせて、余分な水分が抜けて食感や旨味が変化します。フリッとした食感で、さらにサーモン好きになること必至かも。

燻製道楽

☎0857-27-0019

〒倉吉市北野776-9

☎11:30～14:00、

17:30～21:00 困水曜



スモークサーモンを使った日替わりサラダ1500円。燻製マスタードと相性抜群。「一度食べれば、グランサーモンの美味しさがわかります！」(青木店主)



うなぎのスタミナパスタ

今年の「土用の丑の日」は7月28日（水）。

ガスコンロを使って、ふっくら香ばしい

いつもと違ううなぎ料理で、

夏バテ防止をしましょう。

材料（2人分）

スパゲティ・・・2束（約160g）	バター・・・20g
うなぎ（蒲焼）・・・1尾	オリーブ油・・・大さじ1
ネギ・・・1/2束	塩コショウ・・・少々
ニンニク・・・1かけ	大葉・・・2枚
蒲焼きのタレ・・・大さじ3	みょうが・・・2個
料理酒・・・大さじ1	

下準備

- ・うなぎは一度熱湯をかけて、余分なタレを取り除き、キッチンペーパーで水気を取っておく。
- ・ニンニクは薄皮を剥き、縦半分にして芯を取り、包丁の腹で潰しておく。
- ・ネギは小口切りにしておく。

つくり方

- 1 パスタを記載の時間通りに茹でる。
- 2 グリルにうなぎをのせ、弱で7分程度焼き色がつくまで焼く。粗熱が取れたら食べやすい大きさにカットする。
- 3 フライパンにオリーブ油、ニンニクを入れ弱火で香りを出す。
- 4 酒、蒲焼きのタレ、バターを加え、バターが溶けたら、うなぎと茹でたパスタ、ネギを入れ、全体をよく混ぜる。
- 5 塩コショウで味を整え、刻んだ大葉とみょうがをそえる。

料理が快適になるガスコンロ

テーブルコンロ



Paloma

PA-A96WCJ/WCR

- ハイパーガラスコートトップ
- 水無両面焼グリル
- オートグリル
- ラック同梱

【メーカー希望小売価格】
107,580円（税込）

販売価格 80,600円（税込）

ビルトインコンロ



NORITZ piatto

N3S13PWASPSTES/KSTES/ZSTES/6STES

- ガラストップ
- ダブル高火力&とろ火
- マルチグリル

【メーカー希望小売価格】
272,800円（税込）

販売価格 190,900円（税込）



Rinnai DELICIA

RHS71W31E13/12/14-RCSTW

- ガラストップ
- オートグリル
- アプリ対応自動調理
- ザ・ココット+ココットプレート同梱

【メーカー希望小売価格】
350,900円（税込）

販売価格 245,600円（税込）



ガスコンロでうなぎ料理

今月の料理教室情報



白い
料理に
挑戦だ！

7月11日(日)10:00～13:00

鳥取の夏の味覚といえは白いか！今年も捌くよ！おうちでも捌けるようにしっかり覚えよう！

menu	夏野菜と白いかのバターソーデー		
講師	上級食育アドバイザー よしみ		
参加費	3,000円	定員	6名
対象	小学4年生～6年生		
持ち物	エプロン、ハンドタオル、タッパー		
申込み締切日	7月 3日(土)		
申込み開始日	6月15日(火)		

こどもの台所『いただきます』から『うちそうさま』 Sunday



7月9日(金)10:00～12:30

グルテンフリーなシュークリームを作ります。クリームは豆乳クリームとミルククリームでお楽しみください。

講師	上級食育アドバイザー よしみ		
参加費	3,500円		
定員	6名	対象	一般
持ち物	エプロン、ハンドタオル、メモ帳		
申込み締切日	7月 3日(土)		

おうちおやつ／今日は何かかな？



アジサイ
みたいな
米粉蒸しパン

7月10日(土)10:00～13:00

小麦粉不使用で作る、米粉の蒸しパンです。

menu	コーンと枝豆の蒸しパン／餡子入りおやつ蒸しパン		
講師	上級食育アドバイザー よしみ		
参加費	2,800円	定員	6名
対象	年中～小学3年生		
持ち物	エプロン、ハンドタオル、子どもの上靴、タッパー		
申込み締切日	7月 3日(土)		
申込み開始日	6月15日(火)		

こどもの台所『いただきます』から『うちそうさま』 Saturday



食べる
ラー油を
作ってみよう！

7月7日(水)、8日(木)10:00～12:00

野菜炒めや、白米や麺にもピッタリあう「食べるラー油」を手作りしてみませんか？今回は麴を使った調味料を加えてより旨味をプラスしていきます。ご飯のお供にぜひ。

menu	食べるラー油		
講師	Piatto Kitchen まえたよしえ		
参加費	3,500円	定員	6名
対象	一般		
持ち物	エプロン、ハンドタオル、筆記用具		
申込み締切日	7月 1日(木)		

わがやのげんきごはん



ベーコン
＆チーズの
パン・ド・ミ

①7月1日(木)②2日(金)③4日(日)④29日(木)
10:00～12:30

プレーンとトマトの2色生地、チーズとベーコンを巻き、食パン型で焼き上げます。粉チーズとハーブの香りがアクセント！ボリューム満点のパンです。

講師	石田 優花	対象	15歳以上
定員	6名	参加費	2,800円
持ち物	エプロン、ハンドタオル、持帰り用袋		
申込み締切日	①②③6月25日(金)④7月23日(金)		
申込み開始日	6月15日(火)		

二（ひと）いち）パン



親子で
ベーグルを
作ろう

7月30日(金)、31日(土)
10:00～13:00

外側はパリッと中はもちもち食感が美味しいベーグルを親子で一緒に作ろう！6個お持ち帰ります。

講師	石田 優花	対象	5歳～小学生
定員	親子4組	参加費	3,000円
持ち物	エプロン、ハンドタオル、持帰り用袋		
申込み締切日	7月24日(土)		
申込み開始日	7月 1日(木)		

夏休み特別企画



🍷 今月のレシピ 【料理・石田 優花】

真夏のフルーツ寒天ゼリー

材料(15cm型1個分)

【A】	牛乳・・・150cc	【B】	水・・・300cc
	粉末寒天・・・2g		砂糖・・・大さじ2
	水・・・100cc		マンゴーリキュール・・・大さじ1
	砂糖・・・大さじ2		粉末寒天・・・2g

お好みのフルーツ(マンゴー、オレンジ、キウイ、パイナップル、フルーツ缶など)

つくり方

- 鍋に【A】の水、粉末寒天を入れ、よく混ぜたら加熱し沸騰したら火を弱めてタイマーを2分に設定し、さらに加熱する。
- 砂糖、牛乳を入れよく混ぜる。
- 混ぜたら型に流し入れ、冷蔵庫で冷やす。(10分～)
- 固まったら、上からフルーツを並べる
- 鍋に【B】の水、粉末寒天を入れ、よく混ぜたら加熱し、沸騰したら火を弱めてタイマーを2分に設定し、さらに加熱する。火を止め、砂糖、マンゴーリキュールを入れよく混ぜたら沸騰直前まで加熱する。
- 粗熱をしっかりとってから、並べたフルーツの上から流し入れ、冷蔵庫でよく冷やす。

enetopia plaza

【営業時間】9:00～17:00(休館日:日・月曜・GW・盆・年末年始)

鳥取県鳥取市片原5丁目503 ☎0570-04-8833 www.salute-withgas.jp

真夏の フルーツ寒天ゼリー

材料（15cm型1個分）

- 【A】牛乳・・・150cc
粉末寒天・・・2g
水・・・100cc
砂糖・・・大さじ2
- 【B】水・・・300cc
砂糖・・・大さじ2
マンゴーリキュール・・・大さじ1
粉末寒天・・・2g

お好みのフルーツ（マンゴー、オレンジ、キウイ、パイナップル、フルーツ缶など）



つくり方

- 鍋に【A】の水、粉末寒天を入れ、よく混ぜたら加熱し沸騰したら火を弱めてタイマーを2分に設定し、さらに加熱する。
- 砂糖、牛乳を入れよく混ぜる。
- 混ぜたら型に流し入れ、冷蔵庫で冷やす。（10分～）
- 固まったら、上からフルーツを並べる
- 鍋に【B】の水、粉末寒天を入れ、よく混ぜたら加熱し、沸騰したら火を弱めてタイマーを2分に設定し、さらに加熱する。火を止め、砂糖、マンゴーリキュールを入れよく混ぜたら沸騰直前まで加熱する。
- 粗熱をしっかりとってから、並べたフルーツの上から流し入れ、冷蔵庫でよく冷やす。



マンゴー

栄養価がとても高く、健康増進も美容効果も期待できるマンゴー。しかも、香りにはリラックス効果があるとされています。

美肌も健康も叶える！

リン、カリウムなどのミネラル分が豊富で、ビタミンA、C、E、βカロチン、葉酸など、美肌に必要な栄養素がたっぷり。体の内側からお肌の紫外線対策ができます。

また、色素成分「ゼアキサントンは白内障などの目の老化や黄斑変性症予防に、「ピオラキサントンは細胞のガン化抑制効果があるとされており、健康維持にも大きな力をもつ食材です。

ベタつきはおいしいサイン！

購入するときは、皮に傷や黒い斑点がなく、ハリがあり、重みがあつて香りが強く、少しベタつきがあるものがおいし

い証拠です。黒い斑点は鮮度が落ち始めているサインなので、避けたほうが無難です。完熟前のものは常温保存で追熟を。ペーパータオルに包み、購入時についているフルーツネットをかぶせた後、ビニール袋に入れて熟すのを待ちます。

完熟したものは、乾燥をふせぐため、湿らせたペーパータオルで包んでから、常温保存と同じ要領でビニール袋に入れて野菜室へ。

お手軽なドライマンゴー

マンゴーは高級だから頻繁には買えない…。そんなときの救世主がドライマンゴー。実は、栄養価は生のマンゴーとほとんど変わらず、水分が減っている分、100gあたりの栄養が濃縮されています。そのまま食べてもよし、ヨーグルトなどに入れてもおいしいですね。

ショールーム「エネトピアプラザ」 リニューアル OPEN 2021年6月下旬

オール電化機器も新たに展示開始

ガス機器はもちろんキッチン・ユニットバスなどの住設機器、
IH・エコキュートといったオール電化機器も展示します。

シャトレーゼOPEN

エネトピアプラザ内に鳥取市で2店舗目となる
シャトレーゼがOPEN(6月18日予定)

enetopia plaza

【営業時間】9:00～17:00(休館日:日、月曜・GW・盆・年末年始)

鳥取県鳥取市片原5丁目503 ☎0570-04-8833 www.salute-withgas.jp



enetopia 

■編集・発行:エネトピア ■お問い合わせ先:鳥取ガス株式会社 〒680-0932 鳥取県鳥取市五反田町6番地 ☎0570-04-8811 www.enetopia.jp
※掲載価格はすべて税込価格です。※本誌の配布を希望しない場合はご連絡ください。

Vol.168