

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

鳥取県産「天然岩ガキ」

2021

8

August





夏の誉れ

鳥取県産「天然岩ガキ」

鳥取の夏を盛り上げる、輝く海のブランド

◎編集／鳥取情報文化研究所 文・撮影／飯田若菜 撮影／田中良子



©鳥取県

安心安全な日本海の恵み 海開きの前に「カキ開き」

鳥取の夏を代表する幸「天然岩ガキ」。大人の拳以上の殻の中にはブリブリの身が輝き、口いっぱいにはおぼれば力強い磯の香りと、クリーミーで繊細な食感が全身を駆け抜ける。天然岩ガキは国内では希少で、鳥取県内の漁協で組織する「鳥取県産魚PR推進協議会」は、県内産の天然岩ガキを2005年から「夏輝」と名づけてブランド化し、特に殻長13cm以上の個体にラベルをつけてPRをはかる。

今年の県内の漁期は6月1日から8月中旬。この期間はカキの身が厚く味もよく、さらに食中毒菌なども非常に少ない。漁期中はサンプル検査が

されるのも、大きな安心のひとつだ。天然岩ガキは潜り漁で収穫する。浅い海は素潜りで、大型が生息する水深20m近い沖の魚礁ではポンベを背負って、漁師や海女がひとつずつ収穫する。

そのひとりが鳥取市岩戸で海女漁を営む今嶋裕子さん。パールのような道具で、叩いて剥がすようにして獲ります。海女漁のなかでは最も過酷ですが、魚が寄ってきてくれるという楽しさもあるんですよ」と微笑む。資源保護のために、狙うのは大きめのもの。殻が壊れやすいので、慎重な扱いが必要だという。

実は、岩ガキ漁は海の中だけではない。今嶋さんは陸にあがってから、殻に張り付いた海藻や他の貝などを丁寧にこそぐ。岩面を掃除して

夏の誘客にも期待 天然岩ガキで「口福」に



「プレミアム夏輝『砂丘の誉』は、カキフタが16cm以上の超大型、20年以上育った超レアな存在で、水揚げは1日30個程度という。

天然岩ガキ漁解禁は、飲食店にとっても待ちわびる瞬間だ。鳥取市と岩美町に店を構える「たつみ」は、解禁翌日に早速入荷。品書きのトップに「特大岩ガキ夏輝」の文字が輝く。「この季節は、岩ガキが目当てのお客さまが多いですね。今年もネットでご告知するとすぐに、常連さんが足を運んでくれました」と、店長の赤峰香織さんは喜ぶ。

「新鮮な旬の魚介をリーズナブルに」がモットーの同店では、岩ガキを岩美町にある本店の生け簀に放ち、毎日獲れたての状態で提供する。「県外の方は大きさや提供時期にも驚かれます。鮮度が命なので、夏は鳥取の岩ガキ」と認知度を上

げて、鳥取に食べに来てほしいですね」と観光振興に期待を寄せる。海女の今嶋さんは、天然岩ガキは「お祭りのようなワクワク感をくれる存在」という。「限定品」で、漁業や飲食店などの生産販売関係者にとってはビジネスチャンス。6月に入ると鳥取県民のSNS投稿では岩ガキの食事風景が続々アップ。天然岩ガキはやはり、特別な存在だ。

だから食すと、おのずと笑顔になる。大人なら地酒と、地産地消で鳥取の夏の幸せを謳歌したいものだ。



店長 赤峰香織さん
「生は苦手だけどこれは食べられた」という人もいます。ぜひ味わってください！

特大岩ガキ 夏輝

「夏輝」のなかでも、帯付きサイズは圧巻。「そのまま生食が一番です。レモンを搾って日本海の力強い味を堪能いただきたいですね」。香ばしさも楽しむなら「焼きガキ」（写真左）もいい。いずれも1個1300円。

旬魚たつみ 鳥取店

☎0857-50-1133

☞鳥取市弥生町347
☎17:00～23:00(22:30LO)
☎火曜



column お家で天然岩ガキを美味しく楽しむ

お話し／村中水産店主 村中豊さん

村中水産



☎0857-85-1452

☞鳥取市青谷町長和瀬1072-5
☎9:00～17:30 水曜



生簀の岩ガキをその場でいただける。自分の好きな岩ガキをゲット

岩ガキはやはり生食が最高ですね。口いっぱいにはおぼるなら500×6000円のものをおススメします。身の厚さや芳醇なミルクもたっぷりあって、岩ガキの醍醐味はこれで十分に味わえると思います。店ですぐ食べたい方はその場で開けてお出しします。持ち帰りの方には、家で簡単に開けられるように貝に開け口を作り、お渡します。小さいサイズはかきめしが美味しいですよ。カキ身を入れて炊き込みごはんと同じように作ってみてください。磯の香りが最高の逸品になりますよ。店舗は国道9号線沿い、レシビももらえとのこと。初夏のプチトリップで、天然岩ガキの醍醐味を感じてみるか。



鳥取市青谷「村中水産」では生簀で岩ガキを直売。今の時期は、まさに「カキ」入れ時だ。

岩ガキが付きやすくなるなど、生育環境の維持にも努めている。「夏輝まで成長するには4～5年かかります。その分、身入りがよく、安全な鳥取県産天然岩ガキを召し上がっていただき、コロナ禍でも元氣を出していただくと嬉しいですね」（鳥取県漁業協同組合本所漁政指導課・古田晋平さん）。

期間中ご入会いただいたお客さまに
もれなく全ての特典を進呈。
今がアクアクララを始めるチャンスです。

※特典の受け取りには所定の条件がございます。

特典1 選べるお菓子

以下の中から好きな商品を1点プレゼント



シャトレーゼ

焼き菓子の詰合わせ

※画像はイメージです。



クロード

焼き菓子の詰合わせ

※画像はイメージです。

特典2 選べる豪華商品

「ティファール ミックス&ドリンク ネオ シルバー」または
「ソーダストリーム ジェネシス v2」から好きな商品をプレゼント



T-fal

ティファール
ミックス&ドリンク ネオ シルバー
優れた耐久性を持ち合わせているパーソ
ナルサイズブレンダー！毎日の健康的なド
リンクが手軽にスピーディーに作れます。



sodastream

ソーダストリーム ジェネシス v2
アクアクララのお水がわずか数秒で新鮮な
炭酸水に。ドリンク、フード、デザートまで
自由自在にアレンジ！

特典3 初回費用999円(税込・宅配料込)のサンキュープライス



12L入りボトル2本



あんしんサポート料

=999円

(税込・宅配料込)

最大5,325円(税込)オトク！

アクアクララ山陰 ☎0120-40-8833 平日 9:00~17:00 <https://sanin.aquaclara-web.jp/>



3rd

ANNIVERSARY

アクアクララ山陰

3周年記念キャンペーン

期間：～2021/09/30

今がアクアクララを 始めるチャンス



アクアクララ山陰3周年を記念して、期間中ご入会いただいたお客さまに
豪華な特典をご用意しました。アクアクララを始めるなら今しかない



今日のレシピ

Piatto Kitchen主宰
まえたよしえ



お味噌でコクをプラス。油を使っていないので片付けも楽チンです！

油をつかわない 丸ごとトマトカレー

材料(4人分)

トマト・・・2個
ミニトマト・・・8個
鶏ももひき肉・・・200g
玉ねぎ(みじん切り)・・・1個
エリンギ(みじん切り)・・・100g
生姜(すりおろす)・・・20g
ニンニク(すりおろす)・・・2かけ
塩麹・・・大さじ1

【*】
カレー粉・・・大さじ1.5～2
塩・・・ふたつまみ
醤油麹・・・大さじ1
味噌・・・大さじ1
トマトケチャップ・・・大さじ1～2
(お好みで。省いてもOK)

【ターメリックライス】

米・・・2合
水・・・400ml(若干すくなめ)
レモン汁・・・1/2個
塩・・・小さじ1/2
ターメリック・・・小さじ1/2

つくり方

- 炊飯鍋に洗ったお米、水、レモン汁、塩、ターメリックを入れ、ガスコンロ口の炊飯機能で炊く。
- 鍋に大さじ2の水をいれ、みじん切りした玉ねぎ・エリンギ・塩麹・生姜・ニンニクを入れ蓋をし、玉ねぎが透明になり甘みが出るまで弱火でスチームする。
- トマトはミキサーにかけ、ひき肉は熱湯に潜らせ余分な油や臭みを取り除いておく。
- フライパンでカレー粉を軽く炒ることでより香りが際立つ。
- 2に3を入れ、さらに【*】を入れ5～8分ほど中火で煮込む。
- トマトケチャップで味を整え、ミニトマトを30秒程度加熱し、器に盛り付ける。

「このもの台所」いただきます「から」ちそうやま」Sunday

暑さに
負けない
元気ごはん



8月1日(日)10:00～13:00
市販のルーを使わないハヤシライスと、シャキシャキ切り干し大根を使って簡単なサラダを作ります。

menu	ハヤシライス / 切り干し大根サラダ
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、タッパー2つ
申込み締切日	7月27日(火)
申込み開始日	7月15日(木)

「このもの台所」いただきます「から」ちそうやま」Saturday

満点
元気ごはん



8月7日(土)10:00～13:00
ガッツリ丼で夏も元気に！

menu	ロコモコ丼 / 切り干し大根サラダ
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2つ
申込み締切日	7月31日(土)
申込み開始日	7月15日(木)

わがやのげんきごはん

保存できる！
しっとり
鶏ハムと塩豚



8月6日(金)10:30～12:30
簡単にアレンジしやすい鶏ハムと塩豚を仕込みます。お家でアレンジ料理を楽しんでください。

menu	鶏ハム / 塩豚
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、保存パック(大きめ2つ)
申込み締切日	7月31日(土)

わがやのおうちおやつ

米粉の
ベイクド
チーズケーキ



8月10日(火)、11日(水)10:00～12:00
米粉を使って混ぜて焼くだけの簡単チーズケーキ。焼き型を変えればバリエーションも様々。初めての方でも大丈夫。おもたせにもぴったりです。

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、持帰り用袋
申込み締切日	8月3日(火)

二(ひと)いち)パン

クラン
ベリーの
ライ麦
パン



①8月19日(木)②22日(日)③25日(水)④27日(金)
10:00～13:00

風味豊かなライ麦生地、クランベリーとチョコをたっぷり混ぜ込んだハードパンです。

講師	石田 優花	対象	15歳以上
定員	4名	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	①8月11日(水)②③④18日(水)		
申込み開始日	8月20日(火)		

夏休み特別企画

親子で
作ろう！
クッキー缶



8月20日(金)、21日(土)
10:00～13:00

親子で一緒に可愛いクッキー缶を作しましょう！(小麦、卵、乳、アーモンド使用)

講師	石田 優花	対象	5歳～小学生
定員	親子4組	参加費	3,500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	8月11日(水)		
申込み開始日	7月27日(火)		

油をつかわない 丸ごとトマトカレー

材料(4人分)

トマト・・・2個

ミニトマト・・・8個

鶏ももひき肉・・・200g

玉ねぎ(みじん切り)・・・1個

エリンギ(みじん切り)・・・100g

生姜(すりおろす)・・・20g

ニンニク(すりおろす)・・・2かけ

塩麴・・・大さじ1

【*】 カレー粉・・・大さじ1.5～2

塩・・・ふたつまみ

醤油麴・・・大さじ1

味噌・・・大さじ1

トマトケチャップ・・・大さじ1～2

(お好みで。省いてもOK)

【ターメリックライス】

米・・・2合

水・・・400ml(若干すくなめ)

レモン汁・・・1/2個

塩・・・小さじ1/2

ターメリック・・・小さじ1/2

つくり方

1 炊飯鍋に洗ったお米、水、レモン汁、塩、ターメリックを入れ、ガスコンロの炊飯機能で炊く。

2 鍋に大さじ2の水をいれ、みじん切りした玉ねぎ・エリンギ・塩麴・生姜・ニンニクを入れ蓋をし、玉ねぎが透明になり甘みが出るまで弱火でスチームする。

3 トマトはミキサーにかけ、ひき肉は熱湯に潜らせ余分な油や臭みを取り除いておく。

4 フライパンでカレー粉を軽く炒ることでより香りが際立つ。

5 2に3を入れ、さらに【*】を入れ5～8分ほど中火で煮込む。

6 トマトケチャップで味を整え、ミニトマトを30秒程度加熱し、器に盛り付ける。



今月のレシピ

Piatto Kitchen主宰
まえたよしえ



お味噌でコクをプラス。油を使っていないので片付けも楽チンです！

冷凍なら長期保存が可能

日の当たらない通気性のよい場所に置いておけば、常温で2週間程度、新聞紙に包んで冷蔵庫に入れば2カ月程度もちます。冷凍保存なら6カ月程度持つのでオススメです。冷凍保存する場合は、1片ずつバラバラにし、皮つきのまま2～3片ずつラップで包み、ジッパー付きの袋に入れて冷凍庫へ使用する際も、解凍不要でそのまま包丁でカットできるので便利です。

粒の大きさが決め手
価格は高くなりますが、味だけで比べると外国産より国産が断然美味です。選ぶときは、全体的にぶつくりと丸く、粒が大きいものの方がいいですね。

疲労回復だけじゃない
ニンニクは疲労回復効果が高い野菜としても有名です。ねぎざんで炒めるとさらに効果的で、抗がん作用や血栓予防、脂肪分解促進、抗菌といったさまざまな働きが見込めるといわれています。また、ニンニクに含まれるビタミンB6がアルコールの分解を助けるたんぱく質の代謝を促してくれるので、二日酔い予防にもなるそう。ビールのお供にもってこいです。

ニンニク
年中スーパーでみかけるニンニクですが、実は夏が旬。おいしいニンニクを食べて、パワーアップしませんか？

ショールーム「エネトピアプラザ」 リニューアル OPEN 2021年7月1日(木)

最新のガス機器はもちろん、オール電化機器、住設機器等を展示。
シャトレーゼを併設し(オープン済み)、
ますます立ち寄りやすいエネトピアプラザへと生まれ変わります。



※新型コロナウイルス予防のため、ショールームへのご来場の際は事前予約制となります。予めご了承ください。

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.169