

ふなめしマップ

児島湖周辺のふなめし情報

ふなめしを
提供する
イベント

A ふなめし祭

妹尾公民館(岡山市南区箕島 1025-1)

B KOJOお米フェスティバル

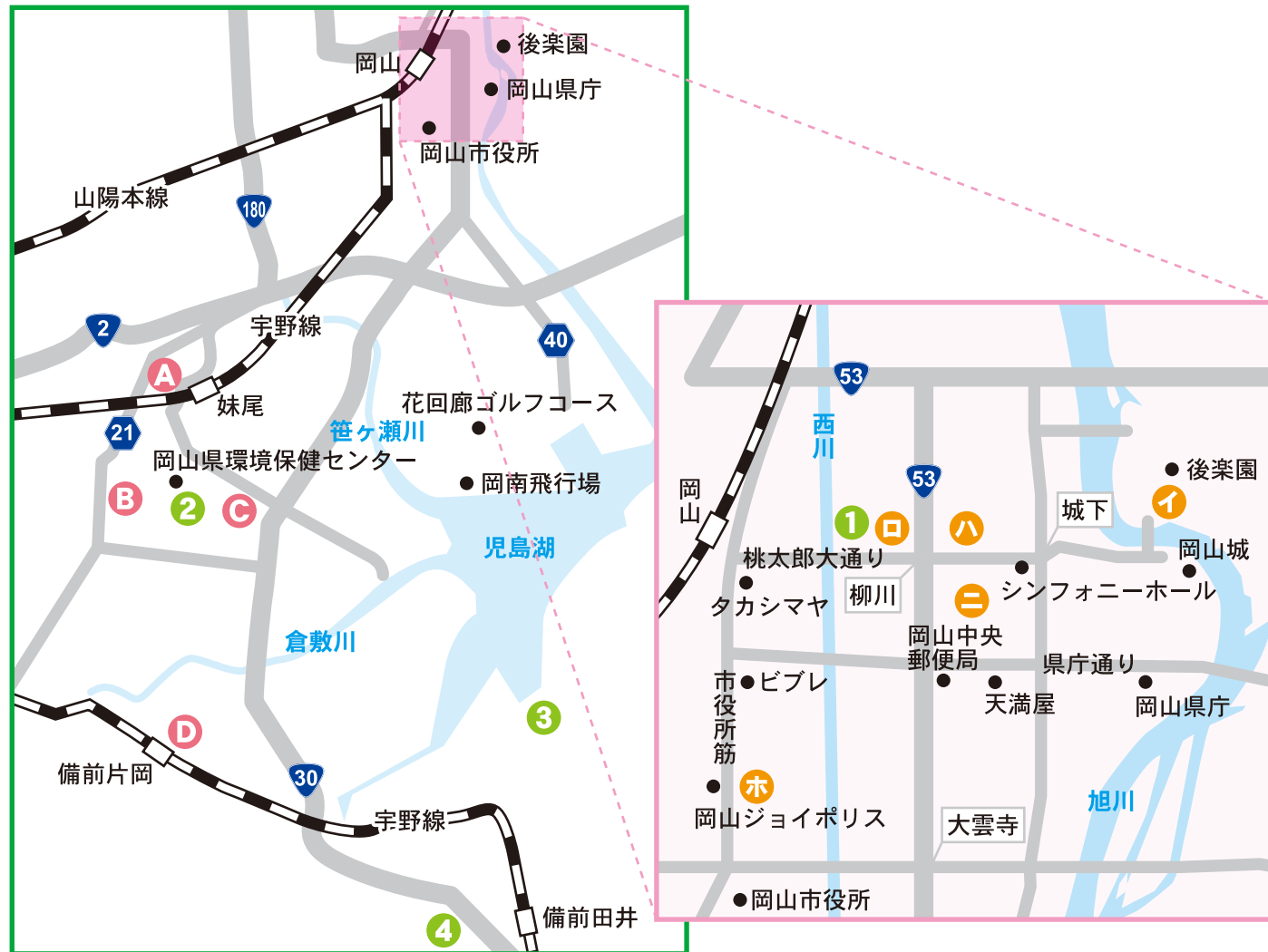
興除小学校(岡山市南区中畦 593)

C 藤田ふれあいまつり

J A 岡山藤田支所(岡山市南区藤田 441)

D 灘崎公民館のつどい

灘崎公民館(岡山市南区片岡 204)



ふなめしが食べられるお店

- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 城見茶屋
岡山市北区後楽園 1-7
TEL 086-272-2920 | 2 アートダイニング武蔵
岡山市北区野田屋町 1-7-18
TEL 086-222-3893 | 3 花食お食事が一でん
岡山市北区蕃山町 1-20
TEL 086-225-7123 | 4 季節料理 いまむら
岡山市北区中山下 1-5-41
TEL 086-225-8577 | ホ 魚料理 磯
岡山市北区柳町 1-13-28
TEL 086-233-1936 |
|---|---|---|---|---|

ふなミンチ販売店

- | | | | |
|--|--|---|--|
| 1 光吉商店
岡山市北区野田屋町 1-2-3
TEL 086-232-9533 | 2 備南淡水
岡山市南区藤田 410-4
TEL 086-296-8155 | 3 佐伯淡水魚
玉野市八浜町八浜 1095-6
TEL 0863-51-2381 | 4 有馬鮮魚
玉野市田井 2-4464 (みやま公園内)
TEL 0863-21-2220 |
|--|--|---|--|

その他、児島湖周辺地域のスーパー等でも、ふなミンチを取り扱っております。

※ふなめし・ふなミンチは季節限定品のため、状況を各店舗へお問い合わせください。

岡山の郷土料理

ふなめし



ふなめしは岡山県南部に伝わる冬の郷土料理です。
脂ののった寒鮓と、根菜がたっぷり入ったコクのある汁を
熱いご飯にたっぷりかけて、ふうふうと息を吹きかけてかきこめば、
身体の芯から温まって、元気いっぱい。

児島湖ふなめし交流会

妹尾を語る会、興除学区愛育委員会、J A 岡山女性部藤田支部、灘崎学区栄養改善協議会、岡山市立妹尾公民館、
岡山市立興除公民館、岡山市立藤田公民館、岡山市立灘崎公民館、児島湾淡水漁業協同組合、児島湖流域エコウェブ、
児島湖花回廊サポーターズクラブ事務局、岡山県備前県民局

<問い合わせ先> 岡山県備前県民局環境課 ☎ 086-233-9806 <作成> 平成 25 年 11 月

児島湖のふな

【ふな 鮒】

全長25～50cm。ギンブナ、キンブナ、ゲンゴロウブナなどの種類があります。児島湖周辺では「マブナ」「地ブナ」とも呼ばれるギンブナ、キンブナがよく獲れ、ふなめしの材料として使われています。

生態

浅い湖沼や流れのゆるやかな河川、用水路などに生息しています。雑食性で、底生生物や藻類、プランクトン、水草の新芽等を食べます。産卵期は春で、湖岸や水路、水田に入り、浅瀬の水草等に卵を産み付けます。

漁法

岡山県では、児島湖や高梁川等で漁獲されています。脂がのり、身が引き締まる冬季に漁を行います。

- ・ 投網・・・木造船に乗って投網を打つ、昔ながらの漁法です。
- ・ 仕掛網・・・定置網の一種。設置した道網に誘導されて袋網に入った魚を漁獲します。

漁獲量

児島湖は、40種類以上の魚が生息する豊かな湖です。フナの他に、ウナギやコイ等の様々な魚が漁獲されていますが、中でもフナの漁獲量が最も多く、近年では年間200～250トン程度が漁獲されています。

全国的に見ても岡山県はフナ漁が盛んで、平成17年以降、漁獲量は全国1位となっています。



地域で守るふなめしの味

妹尾の味

妹尾地区では毎年『ふなめし祭り』が開催され、妹尾を語る会のみなさんが作り手として活躍しています。オリジナルソング『ふなめしの歌』もあり、祭りは例年大盛況。「ふなめしはもともと男の雑煮料理。細かい味付けにこだわらず、大胆に作ってみてください。」と、作り手のみなさん。



ふなめし祭

開催時期：1月最終土曜日
開催場所：妹尾公民館（岡山市南区箕島1025-1）
問い合わせ先：妹尾公民館（086）282-4747

興除の味

興除地区のイベントでは、興除学区愛育委員会のみなさんがふなめしを作っています。興除のふなめしは、ふなミンチにゲタのミンチを混ぜ、さらに絹ごし豆腐が入り、クセのないのが特徴です。旬の野菜とカルシウムが豊富なので、健康増進の効果も抜群です。



KOJOお米フェスティバル

開催時期：11月第3日曜日
開催場所：興除小学校（岡山市南区中畦593）
問い合わせ先：興除地区地域振興事業推進協議会

藤田の味

藤田地区のイベントでは、JA岡山女性部藤田支部のみなさんがふなめしを作っています。藤田のふなめしは、骨ごとミンチにしたふなミンチを100%使用。滋養のある伝統的な懐かしい味は、年配の方々に特に好評です。藤田特産のレンコンがたっぷり入っています。



藤田ふれあいまつり

開催時期：12月第1日曜日
開催場所：JA岡山藤田支所（岡山市南区藤田441）
問い合わせ先：藤田地区地域振興推進協議会

灘崎の味

灘崎地区のイベントでは、灘崎学区栄養改善委員会のみなさんがふなめしを作っています。「子どもたちへ“懐かしい故郷の味”を開拓の歴史と共に伝えていきたい」そんな気持ちをこめてつくられる灘崎のふなめしは、ゲタミンチを加えるマイルド派で、定番の具に加えてこんにゃくも入っています。



灘崎公民館のつどい

開催時期：2月第1土曜日
開催場所：灘崎公民館（岡山市南区片岡204）
問い合わせ先：灘崎公民館（086）362-0408

児島湖周辺のふなめしの歴史

ふなめしの歴史は、児島湾干拓の歴史と共にあります。

江戸時代から本格的な新田開発が始まり、先人たちは大変な苦勞をして開墾を進めてきました。干拓地にはりめぐらされた農業用水路では沢山のフナが獲れ、中でも寒中に獲れる「寒鮒」は、特有のコクがあり珍重され、貴重なタンパク源となりました。

寒い冬の日、新鮮な寒鮒をまな板の上で調子よくトントンと包丁でたたいて料理したことから、「とんとこ汁」「とんとこ飯」とも呼ばれ、地元の人々に愛されてきました。



ふなめしの作り方

材料（10食分）

ふなミンチ	500g	サラダ油	
野菜		醤油	400ml
（ごぼう、里芋、大根	適量	酒	300ml
人参、ネギ など）		みりん	200ml
あげ		塩	少々
ショウガ			
ごはん			

作り方

1. みじん切りのショウガを多めの油で炒める。
2. ふなミンチを入れ、ほぐしながら炒める。
3. 酒をひたひたに入れ、さらに炒める。
4. 切った野菜を入れる。
5. 水(1200ml)を入れ、醤油1/2カップを入れる。
6. 沸騰したらアクを取って、アゲを入れる。
7. よく煮えたら、みりん、醤油、塩で味を整える。
8. どんぶりご飯に具と汁をかけ、ネギをふって、出来上がり。

美味しく作るコツ

ミンチがボロボロになるまでしっかり炒める！

