



愛知県立三谷水産高等学校・有限会社まんでん・協働開発

魚醤シリーズ第2弾

深輝

あらっ！メヒカリさん

〜深海からこんにちば〜



地元漁港で水揚げされたメヒカリのあらを使用

味、香り、うま味ともにバランスのとれた上品な仕上がり

日本料理にはもちろん、洋食にも合う美味しさ

RECIPE レシピ

〈提供元：がまごおり地魚普及実行委員会〉

幽庵焼き



材料 (4人分)
 ぎんだら・・・4尾(黒ムツやさわら等もオススメ)
 深輝・・・50cc みりん・・・50cc
 酒・・・50cc ゆず(レモンでも可)・・・スライス

作り方

- 調味料を合わせ、4時間漬ける。
- グリルで、15分ほど軽くこげめがつく位焼く。
- お皿へ盛り付け、お好みで、すだちやレモン、はじかみを添えたら完成。

だし巻きたまご



材料 (4人分)
 たまご・・・M5個 深輝・・・大さじ1
 だし汁・・・90cc 塩・・・少々

作り方

- たまごを白身が切れるまでよくまぜ、調味料を合わせる。
- フライパンをあため、油をひき、①を流し入れ、何度も手前に巻き込む。
- 同様に繰り返し、焼き上がったら、まきすへとり成形する。
- お好みのサイズに切り、お皿へ盛り付け、大根おろしを添えて完成。

あさりの炊き込み御飯



材料 (4人分、茶碗5・6杯分)
 米・・・3合 《合わせ調味料》
 あさりのむき身・・・100g だし汁・・・720cc
 ゆでたけのこ・・・100g 深輝・・・40cc
 にんじん・・・1/2本 酒・・・40cc
 油揚げ・・・2枚 塩・・・少々
 きぬさや・・・少々

作り方

- たけのこ、にんじん、油揚げを拍子切りにする。
- 米をとぎ、切った野菜と合わせ調味料を入れ、炊く。
- 絹さやの筋をとり、青茹でしておく。
- 炊きあがったら、茶碗へ盛り、絹さやを添えてできあがり。

海鮮やきうどん



材料 (4人分)
 うどん・・・3玉 深輝・・・大さじ1
 シーフードミックス・・・100g 塩こしょう・・・少々
 もやし、キャベツ、ニラなど 焼き油・・・適量
 お好み

作り方

- 野菜を千切りにする。
- フライパンを熱し、油をひき、刻んだ野菜を炒める。
- うどんとシーフードミックスを入れ、少々水を加え、焼く。
- 塩、こしょう少々で味を整え、鯛肌から深輝を加え、香りを出す。
- 皿へ盛り、お好みで刻みりのり、はなかつお、紅シヨウガなどを添えて完成。



地元漁港で水揚げされた**深海魚**

魚醤シリーズ第2弾

メヒカリを丁寧に魚醤にしました。

メヒカリとは？

深海に生息する「アオメエソ」という魚で、水揚げされた時に、目が緑色に輝くことからメヒカリの愛称で親しまれています。

蒲郡では、唐揚げとして家庭や学校給食でも人気の魚です。

魚醤とは??

魚介類と塩や
麴をつけ込み、
自己消化酵素や
好塩性細菌の働きで
発酵させ液体化
したものです



STORY

メヒカリの魚醤「深輝 あらっ!メヒカリさん」ができるまで

メヒカリのあらの有効活用

身の部分を唐揚げにすると、頭や内臓が「あら」となって大量に破棄されます。そこで、その部分を有効活用してみました。

魚醤にすることを考案

伝統的調味料である発酵食品「魚醤」をイチビキとまんでんと協働で考案開発し愛知県東三河総局が開発を支援しました。

何度も試作を重ねた結果…

商品名「^{しんぎ}深輝」が誕生

深い海の中で目が緑色に光ることから商品名を「深輝(しんぎ)」に、あらを活用したところからキャッチコピーを「あら!メヒカリさん」としました。



蒲郡のメヒカリ水揚量は県下の95%

仕込み



メヒカリと麴と塩をかくはん

圧搾



ろ過



充填



パッケージラベルデザイン検討



愛知県立三谷水産高等学校の生徒が開発

本校は、平成28年度よりスーパープロフェッショナルハイスクールの指定を受けました。その取組の1つに6次産業化という生産・加工・販売を一括した取組を行っています。水産食品科では、地域企業と連携をして未利用資源の商品化などの研究を進め、開発した商品の知的財産化や起業化を推進しています。

