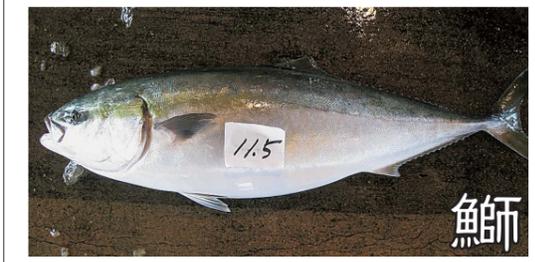


さかなの 名前	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
マダイ	■		■										
マアジ	■		■										
マサバ	■		■		■					■		■	
クロ マグロ	■		■										
カマス	■												
アオリ イカ	■												
サワラ	■		■					■					
アンコウ	■					■		■					■
フグ	■		■										
ブリ											■		■
マダラ											■		■
スルメ イカ	■		■					■	■				
さかなの 名前	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	

■ その魚の最盛期 ■ その魚の漁獲時期

「いきいき七尾魚」旬カレンダー

いきいき七尾の魚たち



ブリ 11月～2月
冬の訪れを告げる雷鳴を伴う荒天を「ぶり起こし」と呼びます。冬に捕れるブリは、身がしまり脂がたっぷりのついています。刺身はもちろん「ぶりしゃぶ」も人気です。また、成長とともに「コソクラ→フクラギ→ガンド→ブリ」と呼び名が変わるため出世魚として祝い事に利用されています。伝統的な食としては、塩漬けたブリの切り身をワラの荒縄で巻いて干す巻き鰯があります。



フグ 4月～6月
能登地域には産卵時期にトラフグをはじめマフグ、ゴマフグ、シロサバフグなど多様なフグが水揚げされます。石川県の天然フグ類漁獲量は過去3年全国1位です。白子はクリームのような滑らかな食感で、身は白身ですがしっかりとしたうまみがあります。刺身や唐揚げ、鍋など様々な食べ方が楽しめます。今「能登ふぐ」としてブランド化を進めており、市内でも食べられるお店が増えています。



マアジ 4月～6月
沿岸から水深150mまで広い範囲で生息し年間を通して捕れる大衆魚です。春から夏にかけてもっともおいしくなります。マアジには回遊するものと沿岸に定着するものがあります。同じマアジでも沿岸に定着するものは「根付きアジ」と呼ばれ黄色っぽい色をして脂がのって味が良いといわれています。



マダラ 12月～2月
冬に産卵のため水深200～500mの海底から沿岸へやってきます。冬の鍋料理に欠かせない魚で身は柔らかく白子はクリーミーで濃厚な味わいです。真子の「子付けのお刺身」は能登半島の冬を代表する一品。能登島ではタラを主にした「ごつつおまつり」が2月に開催されています。

地産地消がいいね。
みんなでいきいき七尾魚を食べよう！

岸端定置網組合直売所
朝とれ浜売り所
市民をはじめ、金沢市や富山県、遠くは岐阜県高山市から、定置網で捕れた魚を求めて来る人がいるほどの人気店。「魚が嫌いだった子どもが、この魚は食べられるようになった」という話があるほど、鮮度抜群。魚は処理せず、直接販売のみとなっています。

〒591-1511
7:00～8:00
営業時間
●営業日/平日・土・祝日
●住所 庵町ム部75番地

鹿渡島定置直売所
魚工房 旬
水揚げされた新鮮な魚で、漁師自ら作る加工食品が好評。そして、水揚げされたばかりの鮮魚も、鹿渡島漁港内で販売しています。漁港で購入した魚は、「魚工房」で内臓の処理や刺身などにも対応してくれます。また、全国発送もできます。

〒581-7480
加工品販売7:00～13:00
魚販売6:00～8:00
営業時間

●営業日/平日・土・祝日
●住所 鵜浦漁港内




※天候により、営業時間の変更があります。

 <p>マダイ 4月～5月 年間を通して捕れ、旬は春。お祭りやおめでたい時によく食べられます。いろいろな料理に用いられます。</p>	 <p>マサバ 4月～6月、12月～2月 春～夏にかけて北上し、秋から冬にかけて南下するDHAやEPAなどが豊富に含まれた魚です。</p>	 <p>クロマグロ 5月～6月 春から初夏の頃に定置網で捕れます。時々大物があがることも。「黒いダイヤ」ともよばれる高級食材です。</p>	 <p>カマス 9月～11月 小さいときには磯寄りに、大きくなるにつれ深い場所に移動。夏の終盤から捕れ始める白身の魚で塩焼きが定番です。</p>
 <p>真鯛 9月～11月 秋には防波堤で「餌木」という疑似餌を使った釣りが幅広い年齢層に人気。甘味があり主に刺身にして食べられます。</p>	 <p>サワラ 4月～5月、10月～11月 南の方に多くいる魚で昔は、あまり捕れませんでした。温暖化の影響で今では青森県などでも捕れます。大きく鋭い歯があります。</p>	 <p>アオリイカ 10月～1月 水深30m～500mの海底に生息しヒレを使って移動します。身は淡泊だが、肝は濃厚な味で「あんこう鍋」が有名です。</p>	 <p>鰯 1月～3月 日本海全域で捕れ、刺身や焼き物、内臓を生かした塩辛、イカめし、丸干しといったさまざまな加工品があります。</p>

おいしい魚のおいしい旬

「いきいき七尾魚」とは、定置網で水揚げされた魚のこと。恵まれた七尾の里海は、四季折々に豊富な魚種が水揚げされています。そんな代表格の魚を見つめよう。