



## 日本一のアジでまちを元気に 沼津内浦漁協直営 いけすや



### DATA

住所 / 内浦小海 30-103 電話 / 055-943-2223  
 営業時間 / 11:00~15:00(ラストオーダー14:30) 定休日 / 水・木曜日  
 アクセス / 【車】国道414号線を南へ進み、口野放水路交差点を右方向へ県道17号線に入り約4km先右側  
 / 【バス】JR沼津駅より東海バス西浦線に乗車し、「小海」バス停下車すぐ駐車場 / あり(無料)

お店の扉を開けると「いらっしやいませー！」と元気な声で迎えてくれる内浦漁協直営食堂の「いけすや」では、都内の料亭で使われるほど確かな美味しさで知られる養殖アジを、目の前の海から水揚げされた鮮度抜群の状態でお届けすることができます。

漁師のまちで地元の漁業に間近で触れてきた内浦漁協の皆さんが、後継者不足や魚離れが進む現状に危機感を感じ、地元を元気にするためにオープンしたいけすや。「市民の皆さんには、内浦はもちろん、市内の色々な所で美味

しい魚を食べてもらいたいです。それが、沼津の漁業が盛り上がることにつながると思うんですよ」と店長の土屋さんは語ります。

市内には内浦漁協の他にも、我入道、静浦、戸田の3カ所に漁協があり、朝市や直売所の運営等、それぞれの特色を活かした取組に加え、商品の共同開発等、4つの漁協が連携した取組も始まっています。

いつでも新鮮な魚を取り揃えている沼津の漁協に、ぜひ一度足を運んでみてください。

## いけすやといえばコレ！ 活あじふらい定食

鮮度抜群の「いけすやの活あじ」を贅沢にフライすることで、その旨味はもちろん、極上の身のふわふわな食感と揚げたてサクサクの食感が織り成すハーモニーは、まさに絶品です。

お客さんから「これを食べたら、もう他のアジフライは食べられない」という言葉をもらうことがあるほどの大人気メニューです。



### 地元の海の幸で 沼津をもっと元気に



本市は日本一深い駿河湾沿岸に位置し、砂浜やリアス海岸など変化に富んだ長い海岸線は水産資源の宝庫です。多くの魚が市内の漁港で水揚げされ、各家庭や飲食店でいろいろな食べ方で楽しまれています。

今回の特集では、本市に馴染みがあり、夏に旬を迎えるアジの美味しい食べ方の一つとして、アジフライをご紹介します。

これを機に、改めて地元の海の幸で食卓を彩って、沼津の魅力を再発見してみませんか。地元の食材の美味しさに触れ、楽しむことは、本市の水産業を盛り上げるだけでなく、生産者や消費者が互いに支え合う関係をつくり出し、持続可能な地域社会の構築にもつながります。

令和5年には、海にちなんだグルメが全国各地から集まる「Sea級グルメ全国大会」が本市で開催されます。一大イベントに向け、一丸となって沼津の水産業を盛り上げていきましょう。まずは今晚、地元のアジを使ったアジフライを堪能してみてください。



あなたの食卓を彩る  
とっておきの一品



プロが教える！  
【欧風料理店 aiai 伴シェフ】

## アジフライの ※ラビゴットソース

<材料> トマト：1/2個、レモン：1/2個、黄パプリカ：1/4個、タマネギ：1/8個、キュウリ：1/8本、パセリ：少々、マスタードリーフ(水菜でも可)：1枚、塩・胡椒：適量、エクストラバージンオイル：適量、酢：100cc(具材が浸るくらい)

※「ラビゴット」は、フランス語で、元気を回復させるの意

### 「アジフライ」と聞くと

定食のイメージを持つ人が多いと思いますが、実はお皿やソース、盛り付け方を変えるだけでコース料理の一品に出てくるようなお洒落な料理に早変わりすることをご存知ですか。

普段の食卓ではもちろん。

パートナーや友人を自宅に招いた時や、

大切な記念日など、

普段とは一味違った自分を魅せたい時にも活躍してくれる

おすすめのアレンジレシピを

地元の食材を使い欧風料理を提供している

伴シェフに伺いました。

材料は近くのスーパーで手に入るようなもので

調理工程はとてもシンプル。

料理が苦手な人でも簡単に作ることができます。

塩レモンが効いたすっきりとした味わいで、

揚げ物にもかかわらず

夏にぴったり一品に仕上がります。

ぜひ一度、お試しください。

### 下準備

キュウリは輪切りに、タマネギはスライスします。塩揉みして水分が出たら絞り、1日ほど酢につけておきます。

### ステップ1

トマト、パプリカ、キュウリを5mm角にカットし、タマネギ、パセリはみじん切りにします。



### ステップ2

ボウルにカットした食材、塩レモンを入れ、混ぜ合わせ、エクストラバージンオイル、塩・胡椒を加えます。



### ステップ3

アジフライに混ぜ合わせたソースをかけ、マスタードリーフを添えて完成です。



### ※塩レモンの作り方

<材料(レモン1個に対して)>

砂糖：小さじ2杯、粗塩：小さじ1杯

レモンの皮についたワックスを取るためにサッとお湯に通してから、皮をむかずに5mm角にカットします。その後、砂糖、粗塩と一緒に瓶やタッパーなどに詰め、軽く振って1日ぐらい置いたら完成です。