

ふのり採り体験 ウニ増殖溝見学付



うれしい特典！

①収穫したふのりはお持ち帰り！

40分採り放題！！

2kg収穫できるかも・・・

②ふのりお味噌汁お振舞い♪

3月21日(土)
9:15～12:15

※荒天中止

場所

宿戸漁港 宿戸荷捌き施設

(住所：岩手県九戸郡洋野町種市7-114-4)

対象

小学生以上

※小学生は保護者の同伴が必要です。

募集定員

30名（最少催行人員10名）※事前申込制

参加料

大人 6,000円 税込

おひとり様

小学生 3,000円 税込

問い合わせ
申込み

洋野町の冬の風物詩を
体験しませんか？

内容

- ふのり採り＆下処理
- ウニ増殖溝見学
- ふのりお味噌汁お振舞い

持ち物

防寒具またはカツバ（濡れてもよいもの）、
長靴、軍手またはゴム手袋、
ふのり持ち帰り用袋、マイナ保険証

申込締切 3月16日（月）

※定員になり次第終了

一般社団法人洋野町観光協会（営業時間9:00～17:00 土日祝休み）

TEL:050-5469-4689 FAX:050-3525-9643

Email:hironokankou@gmail.com

※申込みには、参加者全員の名前・住所・電話番号・生年月日が必要です。

【共催】久慈地域「海の幸」PR協議会、(一社) 洋野町観光協会 【協力】洋野町漁協宿戸実行部会

Q.持ち帰った『ふのり』は、どうやって保存するの！？

A.生での保存は、美味しく頂くよう冷蔵保存で2，3日以内に食べてください。

長期保存する場合には、自宅外にて新聞紙の上へ広げ、天日乾燥を（十分に乾燥させる）オススメします。室内ですと海藻のにおいがしますのでご注意を！

食べる際には、乾燥した「ふのり」を数分間水につけ戻し、水切りをした後、食べてください。

Q.『ふのり』のアレンジレシピは？

A.『ふのりのかき揚げ』！！

◎ふのりのかき揚げ

<材料(4人分)>

・ふのり 80g
・ホタテの水煮 1缶
・天ぷら粉 80g
・ほんだし 少々
・油 適量

<作り方>

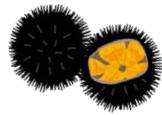
①ふのりをザルに入れ、流水でよく洗い、水気をしつかり切る。
②ボールにふのり・ホタテの水煮・天ぷら粉・ほんだしを入れ、混ぜ合わせる。
③170度の油に②を鍋のフチからゆっくり入れ、ひっくり返し、ふのりが緑色になったら、バットに揚げ、油をきる。



『ウニ増殖溝』って何！？

増殖溝は、沿岸の遠浅岩盤に人工的に掘った溝のことです。遠浅岩盤は、干潮時に岩盤が露出するため、コンブやワカメなどの大型海藻は育つことができません。そこで、約50年前、当時の漁業者の発案で岩盤に溝を掘ったものが増殖溝です。今では、町内沿岸に178本、総距離に換算すると17.5kmの溝が整備され、ちょっととした観光名所にもなっています。溝には、ウニの餌となる大型海藻が生い茂っており、沖合から移植した増殖溝のウニは、身入りが良く濃厚な旨味を併せ持ります。

また、増殖溝はウニの生育の場以外にも、ブルーカーボンを創出する場としても注目されています。増殖溝のコンブやワカメが流れ藻となり、二酸化炭素を吸収することで、環境保全の役目も担っています。



Q.『ふのり』のオススメレシピは？

A.やっぱり『ふのりのお味噌汁』！！

◎ふのりのお味噌汁

<材料(4人分)>

・ふのり 10~15g	・だし汁 800ml
・豆腐 1/2丁	・味噌 大さじ3~4
・ネギ 適量	

<作り方>

- ①ふのりをザルに入れ、流水でよく洗い、水気をしつかり切る。
- ②鍋にだし汁を入れ、沸騰したら豆腐を入れる。
- ③再び沸騰したら、味噌を溶き入れる。
- ④火を止める直前に、洗ったふのりを加える。
- ⑤お椀に盛り、ネギを散らす。