







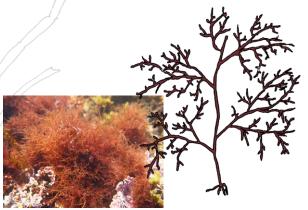
コンブの仲間の海藻で、古代から「和布(にぎめ)」の 名で最も親しまれた。2~10mの水深に育ち、寿命は 1年。鳥羽には天然と養殖があり、2~5月に刈り取り、 天日干しや塩蔵にして出荷される。根元部分の厚い葉 片がヒダ状に折れ重なった「メカブ」は、細かく刻むと ぬめりが生まれる。

## あらめ

(標準和名/サガラメ)

コンブの仲間で、アワビやサザエのエサにもなる重要な 海藻。鳥羽周辺で「あらめ」と呼ぶのはサガラメという、 アラメと似た別の種類。水深5~10mの岩礁に育ち、 寿命は4~5年。三重県が生産量全国1位で、鳥羽 市と志摩市でその大半を占める。





## 

(標準和名/マクサ)

「てんぐさ」と呼ぶ海藻の仲間は多くあり、マクサ が代表的。水深2~10mほどの岩場に生育する。 初夏に採取し、真水での洗いと天日干しを繰り返し、 赤紫色が抜けて白くなった状態で販売される。 それを煮出した液を冷やし固めるとトコロテンに、 さらに凍結・乾燥させると寒天になる。食物繊維が 多く、低カロリーであるためダイエット食品として 注目されている。

## 真珠の海七草

鳥羽の海は、人類史上で初めて真珠養殖に成功した世界に誇る「真珠の海」。

その沿岸で採れるとりわけ美味しい7種類の海藻を、地元では「真珠の海七草」と呼んでいます。



高さ 10 ~ 20cm

(標準和名/ヒトエグサ)

「あおさ」「あおのり」と呼ばれるが、多くはヒトエグサ という種類で、生産量は三重県が全国1位。伊勢志摩 の波静かな浅瀬で、秋から冬にかけて種の付いた網を 張りめぐらし養殖している。採取は1~4月。薄く柔ら かいため舌触りがよく、強い磯の香りと鮮やかな緑色が 楽しめる。



黒のり

(標準和名/スサビノリ)

板海苔の原料は、現在、大半が病害に強い多収穫品種 のスサビノリを利用している。答志島・菅島の周辺では 常時海水に浸かった「浮き流し式」で養殖され、色つ やがよく、香りが高いと人気のブランド品。10月下旬頃 に網を張り出し、摘み取りは11月下旬~3月。成形 せずそのまま乾燥させた「ばら海苔」も生産される。



高さ 15 ~ 50cm

(標準和名/カヤモノリ)

細長い葉が何本も出た海藻で、所々にくびれ(節)があ る。春の間だけ浅瀬の岩場などに姿を現す。1~2月 の寒い時期に若い芽を摘み取り、水洗い後、板状に天 日干しして販売。軽くあぶり、緑色になったら揉みほぐ してご飯に振りかけると、非常に香ばしい。も一こなご(答 志)、ふくぞ(桃取)、だんだら(菅島)、えげそ(浦村) などと呼ばれている。

## 高さ 20cm ~1 m

(標準和名/ヒジキ)

ホンダワラの仲間の海藻で、波の荒い海岸近くの岩場 に育つ。体は円柱状で1~数本の枝を伸ばし、初夏に 成熟するが、岩上に伸びた糸状の根は7~8年 生き続ける。釜で煮て、主枝は「長ヒジキ」、 小枝や葉は「米ヒジキ」「芽ヒジキ」の名 前で販売される。採取は4~5月カ 多いが、11~2月に幼芽を収穫した

