

福山・鞆の浦といえばコレ!  
風味豊かな絶品鯛料理の数々



## 鯛料理

鞆の浦の名物料理として知られているのが「鯛料理」。古くから親しまれていただけあって、調理法も多彩。刺身や塩焼きはもちろん、鯛めし、鯛そうめん、鯛ちくわなど、さまざまな味で楽しめる。

### 鯛そうめん

祝い事に欠かせないのが鯛一匹丸ごと使った「鯛そうめん」。尾頭つきの鯛がのったものもある

### 鯛ちくわ

鯛のすり身を竹の棒に巻きつけた、昔ながらのスタイルが人気の「鯛ちくわ」。食べ歩きにもお土産にも最適!



### 鯛めし

漁師たちが船上で食べていたという「鯛めし」。鯛と一緒に炊き込んだご飯は、しっかりと出汁が効いた上品な味わい



## ばらソフト

ばらのまちならではの!  
ピンクのソフトクリーム  
鮮やかなピンク色がかわいい「ばらソフト」。食べると口の中にばらの香りが広がる。

## ちいちいいかの天ぷら



鞆の浦で古くから親しまれてきたソウルフード  
ザルですくうようにして獲る小さなイカを、甘辛く味をつけてサクッと揚げた天ぷら。

## くわいの素揚げ



生産量日本一を素揚げで気軽に味わおう  
福山市が生産量日本一を誇る、くわい。「芽が出る」縁起物としておせち料理に欠かせない。調理法としては甘煮が一般的だが、小ぶりものを素揚げにしたものや、大粒のものをスライスして揚げるチップスもオススメ。独特のほろ苦さと香ばしさを気軽に味わおう。

①素揚げはおつまみやおやつにも最適  
②甘煮も美味

## 福山のグルメを支える 農産物 & 水産物



### 備後フィッシュ

瀬戸内海の新鮮な魚をおいしく食べて欲しい!

瀬戸内海の沿岸4市、広島県福山市、三原市、尾道市、岡山県笠岡市で水揚げされた新鮮な水産物で漁師がオススメする「備後フィッシュ」。鯛をはじめ25種の魚介類が認定されている。



季節ごとに獲れる新鮮な魚介類



洞爺湖サミットでも振る舞われた

### ぶどう

広島県屈指の生産高!  
瀬戸内の光を浴びた逸品

福山市は広島県屈指のぶどうの産地。年間約1,000トンの出荷量を誇っている。特におすすめの「ニューベリーA」は、濃厚で甘みがあり、しっかりした味。その他、ピオーネやシャインマスカットも。

# Fukuyama Gourmet

味も写真映えも抜群!  
穏やかな瀬戸内がもたらす海の幸や実り豊かな山の幸がたくさん!



## うずみ

江戸時代の倹約政治により、海や山の幸などの具材をご飯の下に隠して食べたのが始まりとされる。今は、宝探しのように何が出てくるかとワクワクしながら掘り出して食べるのが秘訣だ。味の決め手は出汁。代表格は鞆の浦に集まる真鯛を使用した「福山鯛うずみ」。

うずみMAPをCHECK



中はこうなってる!



秘めたる魅力が満載!  
宝探し感覚で楽しもう

### 瀬戸内を代表する小魚をサクッと!

瀬戸内を代表する小魚の「ねぶと(テンジクダイ)」。頭に石のような大きい骨があるのが特徴。頭をとって調理されることが多い。おすすめは唐揚げ。スナック感覚で楽しめるので、おやつや酒のつまみとして親しまれている。



福山の居酒屋の定番メニューで、老若男女を問わず人気。食べ始めたら止まらない、クセになる味。5〜9月が旬!

## ねぶとの唐揚げ

## がす天



### 鞆の浦で愛される定番練り物

鞆の浦名産の練り物で、ねぶとなどの小魚を骨ごとすりつぶして油で揚げたもの。骨っぽい食感が「がすがす」するので「がす天」と呼ばれるようになった。そのまま食べても、さっと炙って食べてもおいしい。