

沖縄の美味しい **お・さ・か・な** を食べよう!

どんな食べ方でもむるま〜さん♪
(すべて美味♪)



春 クロマグロ
(方言名:ウシシビ)
環境に恵まれて育つクロマグロ。丁寧に活け締めした生まぐろは鮮度が自慢。生ではもちろん、ツケなどにも最適。



夏 キハダマグロ
(方言名:チンパニー)
ヒレが黄色いことからキハダと呼ばれる。脂は少なめで、さっぱりとした味わいが癖になる、薄紅色に輝く夏のマグロ。



秋 車海老
(方言名:ー)
縞模様の体に秘めたぷりぷりの身。口に広がる上品な甘さが絶品。生産量日本一!高品質の沖縄ブランド。どんな料理でも活躍する栄養たっぷりの万能食材。



冬 ソデイカ
(方言名:セーイカ)
「セーイカ」として親しまれる、沖縄が誇る海の幸。刺身から加工品まで幅広く楽しめるのが嬉しい巨大イカ。漁獲量は全国トップ!



春 たかさご
(方言名:グルクン)
県魚となっており、定番料理の唐揚げは水分が多いのでじっくり揚げるとさくさくと余すところなく食べられる。春頃は産卵前で脂がのって美味しい時期。



春 オキナワモズク
(方言名:スヌイ)
シャキシャキ触感が魅力。国内の養殖モズクの9割は沖縄産!古くから親しまれる海が生んだ健康食品。生食はもちろんのこと、様々な料理にアレンジされている。

ピッチピチのプリップリ!
新鮮旨い、素材の味を堪能
お刺身
で味わう

贅沢にポリューミーに
がつつりいただきます
丼もの
で味わう

沖縄のソウルフード!
分厚い衣が幸せのあかし!
天ぷら
で味わう

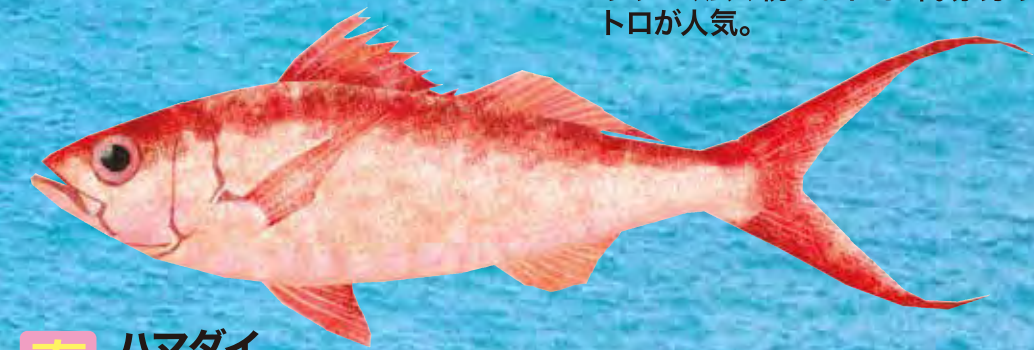
じっくりしつかり骨まで:
心も身体もいやされます
汁もの
で味わう



冬 ビンチョウマグロ
(方言名:トンボ)
「ビントロ」やツナ缶としてよく親しまれる大衆的なマグロ。やわらかな身質は、他のマグロとは異なる独特の食感が魅力。



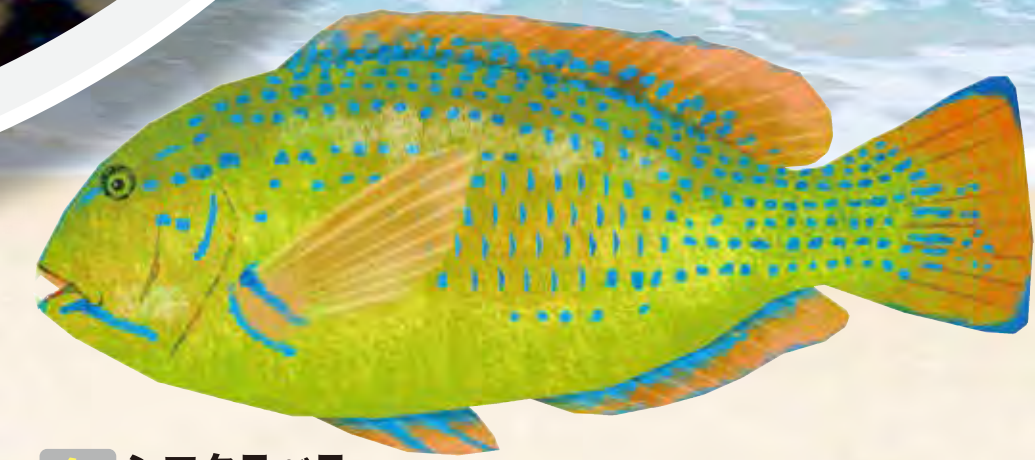
冬 メバチマグロ
(方言名:ミンタマー、ミーシビ)
大きな目からその名がついたメバチマグロ。脂質が少なくすっきりと食べやすい、広く親しまれる味。赤身や中トロが人気。



春 ハマダイ
(方言名:アカマチ)
沖縄三大高級魚のひとつ。大きいほど味がいい。透明感のある白身で熱を通しても硬くならない。生食が主だが、汁、煮る、焼く、揚げる等どのように料理してもおいしい。



秋 スジアラ
(方言名:アカジン)
皮、アラ、骨、筋肉などからうま味の強い出汁、脂が出る。大型のハタで、体色が赤いことから沖縄三大高級魚のひとつとして有名。高価に取引されている。



冬 シロクラベラ
(方言名:マクブ)
沖縄三大高級魚のひとつ。パールホワイトの身で、肉はやや締まっている。クセがなく、微かに甘みがある。熱を通すと、ふっくらとふくらむ。



冬 沖縄海ぶどう(クビレズタ)
(方言名:ンキャフ)
プチプチ食感が癖になる!あらゆる料理とマッチする、沖縄県自慢の食材。生のまま食べたり、酢醤油や酢味噌につけたりタレにすったゴマを加えたり、アレンジは無限大。

伊是名漁業協同組合
 主な取り扱い鮮魚は、伊是名島近海で獲れるイラブチャー、グルクン、チヌマン、タコ、イカとなっています。加工品としては、味付けモスク、モスクキムチ、各種総菜（モスク天ぷら、アーサ天ぷら）が大人気となっています。

いぜな漁協直売所
 〓島尻郡伊是名村字伊是名 643-2
 ☎0980-45-2217
 〓9:00～17:00
 〓1月1～3日、毎週日曜日



読谷村漁業協同組合
 主な取り扱い鮮魚は、マグロ、イカ、タコ、ガーラになります。モスク丼やिकासミ汁の加工品も販売しています。あつあつ揚げたての天ぷら（モスク、さかな、イカ）は絶品！また、直売所隣の海人食堂では「海鮮丼」や「マグロ丼」を食べることができます。

読谷村漁協鮮魚直売店
 〓読谷村字都屋 33
 ☎098-957-0225
 〓（直売所）9:00～18:00
 〓（食堂）11:00～16:00
 〓（ラストオーダー 15:00）
 〓正月、旧盆
 イベント情報：毎月第3日曜日 うみんちゅ港ピクニック



座間味村漁業協同組合
 主な取り扱い鮮魚は、座間味島で水揚げされるカジキ、マグロ、カツオ、ソディカ、マンビカー（シイラ）です。加工品は油味噌、佃煮、天ぷらなどを販売しています。直売所の一押しはカジキの漬け丼となっています！

座間味直売所
 〓島尻郡座間味村字座間味 94
 ☎098-987-2015
 〓8:30～17:30
 〓不定休

阿嘉島直売所
 〓島尻郡座間味村字阿嘉 60-4
 ☎098-987-2109
 〓10:00～14:00
 〓（季節により変動あり）
 〓不定休



伊良部漁業協同組合
 主な取り扱い鮮魚は、日戻りカツオ、マグロで、食堂一押しの商品は海鮮丼となっています。3店の鮮魚販売所も同一スペースに店舗を構えています。

お〜ばんまい食堂
 〓宮古島市伊良部字池間添 248-37
 ☎0980-79-7677
 〓11:00～15:00
 〓（14:30LO）
 〓火曜日定休



沖縄鮮魚卸流通協同組合
 24の店が軒を連ねる泊いゆまち。取扱量と取り扱い種類は沖縄一！！特にマグロの取扱量は全国でも5本指に入る規模です。種類豊富な鮮魚をはじめ、寿司や天ぷらなど加工品を多彩に販売しているほか、食堂では鮮度抜群のマグロ丼などを提供しています。ぜひ泊いゆまちで多種多様な沖縄の水産物をご購入ください。

泊いゆまち
 〓那覇市港町 1-1-18
 ☎098-868-1096
 〓7:00～17:00
 〓1月1～3日、旧盆、ウークイ翌日（店舗ごとに定休日有）



糸満漁業協同組合
 糸満お魚センターでは、11店舗が軒を連ね、豊富で新鮮な鮮魚類の直売やお寿司・カマボコ・魚汁などの海産物がその場で食卓でできるので、家族でドライブ後の昼食などには最適になっていますので、ぜひお越しください。

糸満お魚センター
 〓糸満市西崎 4-19-1
 ☎098-992-2803
 〓（平日）9:00～18:00
 〓（土日祝日）9:00～19:00
 〓1月2～4日



沖縄市漁業協同組合
 泡瀬漁港から片道2時間の場所に位置するバヤオ（浮き漁礁）。近海の様々な魚が集まってくるバヤオで釣られた魚を中心に毎日新鮮な魚が水揚げされます。お薦めはマグロで、冷凍ではない生鮮マグロの美味しさは格別です。併設の食堂では魚のフライやお総菜、イカキムチの加工品や、生モスクや塩蔵モスクの販売も行っています。人気のメニューは海鮮丼。また、マグロが大漁の時には刺し身がかわり自由になることもあります。

バヤオ直売店
 〓沖縄市泡瀬 1-11-28
 ☎098-938-5811
 〓（4月～9月）10:30～18:00
 〓（10月～3月）10:30～17:30
 〓1月1～3日



勝連漁業協同組合
 3月～4月はモスクの収穫時期！この時期にいただくモスクはヌメリが良くシャキシャキとし、とてもおいしいです。モスク天ぷら・モスク酢・モスクそばをぜひご賞味ください。

勝連漁協のてんぷら屋
 〓うるま市字前原 183-2
 ☎080-1354-0003
 〓11:00～18:00
 〓（5月マシメ内フードコート）
 〓休 年末年始



石川漁業協同組合
 主な取り扱い鮮魚はマグロ、海人直送！鮮度抜群！安くて量もたっぷり！マグロは刺し身や天ぷら、から揚げで販売しています。事前に注文があれば石川で水揚げされる魚を取りそろえますのでご賞味ください。石川ICを出てすぐ近く！！お立ち寄りの際にはぜひお買い求めください！！

石川協 魚屋さん
 〓うるま市石川石崎 2-1（石川漁協内）
 ☎098-989-0080
 〓12:00～18:00 頃
 〓不定休



国頭漁業協同組合
 「沖縄・国頭の魚は美味しい！」を掲げる国頭港食堂では、血抜きや魚の特性に合わせた処理を大事にし、刺し身のうまみが最高だと地元遠方からも沢山の皆様がおいでくださいます。不動の人気を誇る「刺身三点盛り」と地魚のフライセット」や「地魚のバター焼き」、継ぎ足し煮汁がやみつきになる「魚の煮付け」、漬け丼タレファン続出の「お刺身漬け丼五種盛り」などどれも食べていただきたいものばかり！海人の美味しい魚でおなかを満たし、魅力あふれる国頭ドライブを満喫してください！！

国頭港食堂
 〓国頭郡国頭村字浜 477-1
 ☎0980-50-1660
 〓（火～土）ランチ 11:30～14:00
 〓ディナー 17:30～20:00
 〓（日）ランチのみ 11:30～14:00
 〓月曜日



沖縄県車海老漁業協同組合
 車海老の養殖池がすぐ近くに隣接しており、鮮度抜群の車海老を堪能することができます。

車えびレストラン球屋
 〓国頭郡宜野座村宜野座 1008
 ☎098-968-4435
 〓11:30～19:00
 〓火曜日

くるまびキッチン TAMAYA
 〓名護市連天原 285
 ☎0980-52-8080
 〓11:00～18:00
 〓水・木曜日



沖縄県内12漁業協同組合直売所マップ

