

鯖かつぼう花のれん

お好みで擦る山わさびを載せ
選り抜かれた食材の丼を頂く

海の幸だけでなく山の幸にも恵まれた網走で35年、鯖と豊富な一品料理を出す店だ。女性も入りやすい清潔感が心地よい。「物語のある料理を出したい」という堀口さんの井は華やかで、魚醤ベースの甘辛タレでご飯も進む。



▲「網走に来て、エピソードも持って帰ってほしいんだ」と、推進リーダーでもある社長の堀口さん

POINT

京極町の湧水で炊く高品位米の上には、ザンギの他にタマネギやピーマンなど季節の野菜が載り、見た目にも彩り鮮やか



☎0152-44-7576(南)
網走市南5条東2丁目
目録11:00~22:00
①21:00休無席120
P指定駐車場あり
P(1時間無料)※館のほか、和食のアラカルトメニューも多数

▼網走駅より車で7分ほど。4条商店街の一角、北洋銀行の南側。この看板を目印に。



和食MAP ①

”物語のある料理“

オホーツクサーモン 知っ得情報

原料ともなったカラフトマス



「カラフトマスは旨い魚なんだけど、なぜか食べないんだ」と網走の人。は口を揃える。漁獲のほとんどが缶詰。あまり活用されていない。そこで「オホーツクサーモン」とブランド化する動きが盛んになっている。そのひとつの取り組みが、今回オホーツク網走ザンギ井専用で作られた白魚醤油の開発だ。ザンギを作る時に、米こうじが入った色の黒い醤油を使うと、ピンク色の身の色まで変わってしまう。そこで、「カラフト



マスを原料にした白魚醤油の開発」を依頼された網走第一水産加工業協同組合が、北海道立食品加工研究センターと北海道立オホーツク圏地域食品加工技術センターの技術協力を得て共同開発された。材料名を見ると、「カラフトマス」と「食塩」のたった2種類。いたってシンプルな素材をもとに2カ月かけて熟成。ろ過するとザンギの香りがする白魚醤油が完成するのだ。



▲透き通った琥珀色がきれいな白魚醤油

▼200cc入 白魚醤油
油は市内土産品店やスーパーで好評販売中。組合事務の田中さん



「オホーツク網走ザンギ井」の定義

網走産のオホーツクサーモン(カラフトマス)の美味しさを広く世の中に知ってもらうために開発した新-ご当地グルメ。網走産のオホーツクサーモンを天然の調味料である白魚醤油に漬け込んで揚げた「網走ザンギ」を、北海道米のご飯の上にのせた丼(どんぶり)料理

「オホーツク網走ザンギ井」のルール

- 1 正式名称は「オホーツク網走ザンギ井」とする
- 2 北海道米のご飯の上に「網走ザンギ」をのせる(量は自由とするが、一個の大きさは揚げる前おおむね35mm四方とする)
- 3 ご飯の上にのせる具材は「網走ザンギ」のほかは自由とするが、なるべく地元産の食材にこだわる
- 4 網走産の長いものと網走産の山わさびを添え(別盛り)、井にかけて食べてもらう
- 5 網走産の貝(しじみ、ホタテ、あさり等)を使った汁ものをつける
- 6 小鉢をつける(内容は変更の場合あり)
- 7 白い器を使う
- 8 道産の間伐材を使った割り箸と共通の箸袋を使う
- 9 価格は1000円未満(税込)とする



■問合せ先/発行元
「あばしりご当地グルメ開発委員会」
事務局 網走市観光協会
TEL (0152) 44-5849 FAX (0152) 44-5844
http://www.abakanko.jp/

ザンギ? 鶏肉? いやいや網走産のオホーツクサーモン(カラフトマス)を天然の白魚醤油に漬け込んで揚げた「網走ザンギ」がのったどんぶりです

オホーツク
網走

カツ

フードコートキネマ館

魚醤・コチ醤・胡麻油をからめた
ピリ辛特製タレのザンギ井

広大なオホーツク海を一望できるキネマ館は、過去に様々な名画の舞台となった網走をコンセプトに、店内には実際に使用されていた映写機などの機材が展示されている。キネマ館のザンギ井は魚醤油とコチ醤をベースとし、魚特有の臭みを取り除いたザンギで作った中華風のザンギ井。



▲「コチ醤と山わさびの相性は意外です」と店長の渡邊さん。タレが濃厚なので、ご飯にはあえて味を付けていない。

POINT

辛口だが繊切りの長いも付きなので、まるやかに頂ける。魚醤油に漬け込んだ新鮮なマスを片栗粉だけでシンプルに揚げた。



☎0152-44-0688(南)
網走市南3条東4丁目道の駅「流水街道網走」2F ①11:00~16:30休無席70P
(道の駅駐車場)100台 ※食券方式

▼網走駅より車で7分ほど。如床方面に向かう幹線道路の左手に見える道の駅の看板が目印。店の入口にこの看板が見える。



レストランMAP ②

秋振り山わさびがアクセント
ツンとした刺激で食も進む

「食材はオール網走が目
標」と話す石黒さんは、知
られざる網走の味覚にも
精通。取材日の汁物には、
見慣れない「平貝」が使わ
れていた。カウターや小
上がりがある店内には小
気味よいジャズが流れる。



おまきの店内は地元で
賑わい、店長の石黒さんと客
さんの掛け合いも和気あい
い

0152-43-8108
所 網走市南4条西3丁目
密 11:00~23:00
休 不定 席 120 P なし
http://theearth.ftw.jp/



網走駅より歩いて10
分、車で3分。街なか
アプト4通りにあるお
店この外観を自印し



850円

ツブを明太子の小鉢に平貝の
汁物。辛さを効かす秋振りの山わ
さび。長いもを添えて880円。秩
父別産のなつほしとちやひめ
のブレンド米を使用



POINT

ザンギ丼のセットは17時まで、
夜は網走ザンギの単品メニュー
として提供。小鉢や汁物は季節の
味覚が登場する

網走センターラルホテル
グランディングラシエ

お好みの順番で足しながら
味わいの変化を楽しめる丼

ザンギの味付けには、魚
醤のほかにカルダモンや
ターメリックなど爽やか
さを添えるスパイスを加
えてアレンジ。山わさびの
次は塩昆布、順に加えて味
の変化を楽しんで！



「スパイスの効いたザンギと
ジャガイモチップス、水菜の食感
が絶妙です」と総料理長の杉本
さん



JR網走駅より15分
5分、徒歩でも15分ほ
どの中心街に近い便利
なホテル。網走観光の
拠点にも◎

0152-44-5151 所 網走市南2
条西3丁目7番 [ザンギ丼提供
時間] 11:30~14:00、17:00~
20:30 休 無 席 64 P 60台
http://www.abashirich.com/



850円

サラダ、漬漬、網走産の貝の汁物、
細切りポテトチップス、水菜、大葉、
タンでのばしたロロ山わさび、
塩布漬、味噌付けきり880円。お米
は道産なつほし。



POINT

ザンギの香り・味を楽しみ、ジ
ャガイモ・水菜・大葉の食感、トロ
ロ・温泉卵と、加えるたびに味の
変化を楽しめます。

揚げ野菜と生野菜がたっぷり
温泉卵+とろろで食感も豊か

サッカー好きの店主が
作るこちらのザンギ丼は、
「サラダ感覚」でいただく
盛り合わせ。温泉卵入りの
長いもや、胡麻油やクレソ
ン、レモンなど風味や食感
が楽しい一品に仕上がっ
た。



「野菜をたっぷり使った、サ
ラダ感覚のザンギ丼です。サ
ラーの川澄さん

0152-43-2645 所 網走市南3
条東1丁目 密 17:30~翌1:00
(フード 24:00、ドリンク 24:
24:30) 休 日 席 70 P なし
※個室やお座敷もあり



950円

長いも、ソーメンに、醤油漬けの
山わさびと網走産の貝の汁物。季
節の野菜の漬付けを添えて880
円。お米は当産産のほしゆめ



POINT

薬揚げのピーマンやナスのほ
か、ザンギが隠れるほど載った野
菜が女性にも嬉しい。ソーメン状
の長いも◎

オホーツクバザール可留茶屋倶楽部

自家製イクラと錦糸卵入り
刻みノリが隠れた和風味

国道沿いの大きな赤い
看板が目印。自社工場で浜
ゆでされたカニをはじめ
とした地元産品を売る
土産店。2階の個人客向け
のレストランには海産物
を盛り込んだ定食が揃い、
今回カラフトマスのメニ
ューが初登場した。



「カラフトマスは脂が乗って
美味しく長いお祝い
です」と料理長の中村さん

0152-44-3005 所 網走市大曲
1丁目14番 密 10:00~17:00
(L 16:00) 休 無 席 85 P 30台
http://www.okhotskbazar.co.jp/
※物産販売も併設



網走駅より徒歩3分。大
曲方面へ、現役の網走刺
務所の近く、バスも停ま
る看板と、赤くも停ま
る広い駐車場が自印



850円

ホタテの稚貝の汁物、果物
を添えたポテトサラダが付いて
880円。道産のほしゆめを
用いたお米の上にはザンギや錦
糸卵、大葉、ネギ、自家製イくらが
載る。魚卵入りとろろと一緒に



POINT

ザンギの下味に、魚醤のほかに
ゴマ油も加えて香りづけ。大
葉のきざみを加え、魚との相性
もぴったり

オホーツク流水館 展望レストラン 流水

香味野菜が風味を添える
とろろご飯のおかず風丼

網走駅より車で15分ほ
ど、オホーツクの海と町を
楽しむ展望台と同じ景色
を楽しむながら食事でき
るレストラン。展望や食事
のほか、8月上旬~10月下
旬までは最寄りの「はな
とん」の花畑が鮮やか。



「窓際の席からは絶景を楽し
め、角に面した小上がり席
が人気です」と星川さん

0152-43-6808 所 網走市天都山
245の1 オホーツク流水館3階
密 11:00~15:00 休 無
席 180 P 150台
※晴れた日は知床半島を望む



網走市街から約4km
名勝天都山の頂上にあ
る流水館3階。視界の
良さはピカイ



980円

日替わりの漬物、シシメン、白胡
の汁物と、お米を添えて880円。
道産のなつほしゆめを使用し、大葉の
上に重ねてザンギを載せた。本全画
用と通常メニューに比べ、お米
ナフルな価格に設定してくれた



POINT

飽きずに食べられるよう、天
井のように甘辛いタレをご飯
にまわしかけて、白いご飯も進
む丼に仕上げた

白魚醤油などのダシでいただく
サイコロザンギのお茶漬け付き

お客様の要望と好奇心
も手伝って、寿司だけでな
く洋食メニューまで揃え
る住宅地の店。パッと見の
驚きをイメージした丼と、
サイコロザンギがあられ
のような感覚でいただけ
る茶漬けがユニーク！



「メニューにあるウニ茶け
にヒントを得て、茶漬けも付
けました」と小田部さん



網走運動公園のほど
近く、網走信金銀貨支
店前、信号が目印。住
宅地にあるこの看板を
探して

0152-44-6967 所 網走市湖見
7丁目8の11 密 11:00~22:00
(L 21:30) 休 第1-3月(祝の
場合は翌日) 席 45 P 3台
※カウンター、小上がりがあ



850円

貝類の汁物、季節のサラダ、た
くあんや野菜、菜入りのとろろ。小
さいザンギを載せる茶漬けが付
いて880円。小平産なつほし
を使用



POINT

見た目も楽しいあいらいは、
ジャガイモを揚げた器に載せた
温泉卵といくら。ちょっとずつ
崩して食感豊かにいただける