

美味しい  
長崎  
いただきます

Number  
1

自然豊かな長崎県は  
食材の宝庫。  
その魅力を料理を通して  
お伝えします。



# ウニ、ウニ、そして、ウニ! 海の恵みを存分に 召し上がれ

**春**が近づくとつれ、壱岐の人たちの気持ちは高まってゆく。半年ものあいだ待ちに待ったウニ漁が解禁になるのだ。玄界灘に囲まれた壱岐では今でもウニの素潜り漁が盛んに行われており、毎年4月になると、海士さんや海女さんたちの姿を目にすることができる。

壱岐でとれるウニは3種類。4月上旬から10月中旬にかけて、淡白で上品な甘みの紫ウニに始まり、独特の香ばしさがあるバフンウニ、濃厚な甘みの特徴の高級な赤ウニと、次々に旬のウニが登場する。

壱岐で旬の生ウニをいただくなら「ほっかけ」と呼ばれるウニ丼が一番。石田町にある創業45年の老舗「すみよし」で「生うに丼ダブル」がいただけると聞き、訪ねた。

運ばれてきた丼を見れば、熱々の壱岐米の上にこれでもかというほどのウニがのっている。あまりの量に驚いていると、女将の住吉三枝子さんは「まだ解禁したばかりだから、ウニが小さくてね。これから身がどんどん大きくなるんですよ」と申し訳なさそうに言う。それでも「これでだいたいウニ40個分くらいかなあ」と、こともなげに話す女将さん。その言葉に思わずたじろいでしまう。

ウニ丼は醤油ベースの特製のタレをかけて、豪快に混ぜていただく。一口頬ばると、磯の香りと生ウニならではの甘みが広がる。これぞ贅沢の極みだ。

壱岐では各飲食店でこうしたウニ丼が味わえるほか、「すみよし」ではウニのフルコースも提供している。聞けば、生うに丼はもちろん、卵焼き、天ぷら、茶碗蒸し、吸い物…とすべてにウニが入った至福のコースだそう。

ウニを目当てに壱岐を訪れる人も多く、中にはこれだけのためにやってくる人もいるほど。夏はウニのベストシーズン。多くの人にぜひとも堪能してほしい逸品だ。

## すみよし

壱岐市石田町印通寺浦469-40  
TEL.0920-44-5092  
営業時間/11:00~21:00  
定休日/不定休



地元の人はもちろん、島外にも多くの常連を持つ老舗店。



ぐるぐると思い切り  
かき混ぜていただく「生うに丼」。  
まさに島グルメの真骨頂!



長崎がまるごと  
美味しい!

長崎県の魚愛用店 検索