

「暑っちー、た うるい」といった夏バテが 食欲不振、不眠、倦怠感、無気力 etc を引き起こします。

高温で多湿の、日本の夏です。ごす我々にとって
夏バテはだれにもおこる“**現代病**”のひとつですね。

いつもありがとうございます。鮭処酒主 大将です。
夏バテを解消する栄養を含んだ夏の酒主、おすすめを紹介していきます。
では、1つずつ順番にお話していきます。



まずは**ノドグロ**です (7.800 円コースのみ)

昔ある地方では「病人の栄養食」ともいわれたほど、脂がのり、滋養ゆたかな魚です。
プロテニスプレイヤー錦織圭選手が好きな魚でも有名ですね。

糖質の代謝を助け、神経や筋肉を正常に機能させるサポートをするビタミンB1や、
高血圧予防に効果のあるカリウム、骨や歯を構成するカルシウムなどが豊富に含まれています。

またほかの魚に比べ脂が多いので、それに伴って**DHA、EPA**など
サプリメントなどでもおなじみの貴重な栄養素も多く含まれています。
そのため脳に良い影響を与え、血液もさらさらにしてくれます。



9 月ごろから産卵期を迎えるため、今が脂の乗りがピークを迎えます。
川崎北部市場のノドグロの相場は全国でも相当高く、それゆえに、全国から集まってきます。

その中でも、自分は南伊豆 須崎産を選びます。
キロ単価 1 万円近くしますが、鮮度抜群で身がプリプリしています。

自分は、須崎産を超えるノドグロには、お目にかかった事はありません。

軽く皮目をあぶって香ばしさを出して握り、自家製柚子胡椒をのせて提供します。
香ばしさと甘み とろける旨味は「白身魚のトロ」の異名、まさにそのものです。



次に淡路島の黄金ハモです。

関西、特に京都では生活に密着した食材で、スーパーにも夏になると安くはなくとも、季節の食材としてお目見えます。

7月の祇園祭りの頃が美味しいので、祇園祭は別名“ハモ祭り”とも言われてきました。

そんな関西の夏の味覚、ハモの本場は淡路島です。

なぜ 淡路島のハモは市場で最高級の評価を受けるのか？

それはハモが住処にしている海底の泥の質に影響されています。

淡路島南部や沼島地方はその地形から潮流が早く、海底の水の流れに濁みがなく、新鮮な海水が供給されています。またエサとなる甲殻類や魚もとても豊富で美味。そんな環境が最高の“ハモ”を育てているのです。

また、昔から長い物は精がつくと言われますが、ハモも栄養豊富です。

ハモには良質なタンパク質が多く含まれており、免疫機能の向上、体力向上疲労回復効果があります。また、ドコサヘキサエン酸も多く血中の悪玉コレステロールや中性脂肪を減らす働きがあります。

さらにハモの皮には化粧品にも使用されるほど

良質なコラーゲンが多く含まれ、美容食でもあります。

しかし、ハモには硬くて長い骨が多く、食べる前には「骨切り」という処理が必要です。

骨切りは皮まで切らないように一寸（3cm）に20回以上1mm間隔で包丁を入れることから高級なハモ料理の大半はこの技術料とも言えます。



鮓職人歴 41年 酒主浩義

最後に淡路島由良のマダコです。

「土用のタコは親にも食わずな」という、ことわざがあるくらい嫁だけでなく、親にも食べさせたくないくらいおいしい、初夏のマダコです。

由良のマダコは昔のテレビ番組「どっちの料理ショー」で特選素材で登場して「明石のタコ」にも負けない最高峰のマダコです。



美味しいだけでなく、滋養強壮剤にも含まれているタウリンが豊富に含まれています。また、肝機能を高める働きもあるので、酒の肴には最高の食材です。

当店では、番茶・小豆・醤油・酒で煮ていきます。桜煮という煮方です。番茶と酒は臭みを取り、小豆はタコを柔らかくし、醤油は香り添えと色だしの為です。開店以来、この煮方ですが、刺身に“タコもいれて”と言う常連さんも多いです、



藻塩と魚沼わさびをつけてたべていただければ、

最高のほのかな甘み、鼻に抜ける香り、スパッと噛み切れる食感を楽しんでいただけます。

美味しく、栄養豊かな握りやつまみで夏バテを解消し、明日からまた頑張れるお手伝いできれば幸いです。

限定 夏の極上の贅沢コース

7.800 円+税 7月10日~9月2日まで



季節の前菜三点盛



赤イカ
夏が旬の甘い高級イカ



トロ
脂の旨味が口の中で
爆発



こはだ
江戸前の正統 これを食べ
ずして江戸前は語れない



穴子ゆず塩
穴子を夏らしくさっぱりと



旬菜の冷た〜い
煮びたし (一例)



造り
タコ桜煮と旬の魚介
2点盛り



タチウオ汐焼き
うまみが強い夏は
しお焼きがベスト



煮アワビ
今が旬 12時間以上
煮込みました



ノドグロあぶり
香ばしく甘い



アジ 黄金アジは旨味
がすごい



ハモの湯引き
今夏はトマト梅あんで



ハモのポワレ
相性抜群の
太白胡麻油でソテー



ウニ
甘いものを厳選して



新生姜のキンピラ巻
常連様に大好評



シジミの味噌汁で



青梅のデザート
三日かけて仕込んだ
大将手作り

3日前までにご予約をお願いします。
しけ等により内容は変わる場合が
あります。 苦手なすしネタ等がありまし
たら事前にお申し付けくださいませ。

お申し込みは、とってもかんたんです。今すぐ受話器をもってお電話でご予約ください

鯨処酒主  046-248-1231

お電話口で「限定 夏の極上の贅沢コース」予約の件でとお申しつけください

限定

夏のすし会席コース

6,300 円^{+税} 7月10日~9月2日まで



季節の前菜三点盛



アオリイカ
夏が旬のイカの王様



中トロ
赤身と脂の旨味の
バランスが秀逸



穴子ゆず塩
穴子を夏らしくさっぱりと



旬菜の冷た~い
煮浸し (一例)

丸茄子 二色田楽焼き



ハモの湯引き
秘密のひと手間が味の決め手
今夏は梅トマト館で



ハモのボワレ
相性抜群の太白胡麻油で
ソテーしました



アカモクと山芋タタキ
今年、大ブレイク中
栄養マンテン



イクラ
醤油漬けを極上海苔で



タコ桜煮
酒主 自信の逸品



アジ 本当の黄アジは
旨味がすごい



新生姜きんぴら巻
常連さまに大好評



青梅のマリモ煮
三日かけて仕込んだ
大将手作り

三日前までにお電話でご予約ください

鯨処酒主



046-248-1231

1,000 円割引券

上記のコース以外にお使ください。

店内でのお会計 8,000 円以上の場合に限ります。

他券、他のサービスとの併用はできません。有効期限 H30.9/2迄