

郡山の鯉

水に、えさに、作り方にこだわり、
そして身が美しい桜色になる。

郡山市では、明治時代に猪苗代湖から引かれた安積疏水を利用した安積開拓事業により各地にかんがい用のため池が作られ、それまで原野だった安積平野が一面の田園地帯に開墾されました。これらのため池を利用し、養蚕が盛んな事で鯉の餌となる「蚕のさなぎ」が手に入りやすかったことが、鯉の養殖が盛んになった理由だといわれています。また、当時の開墾者の貴重なタンパク源としてコイの養殖が盛んに行われるようになり、全国でも有数の生産量を誇る産地となりました。

郡山の鯉料理

猪苗代湖からのミネラル豊富な水で育った郡山の鯉は、身が引き締まった『あらい(刺身)』や骨まで食べる事が出来る『甘露煮』など様々な味を楽しむことができます。



鯉の刺身



鯉の甘露煮



鯉の昆布巻

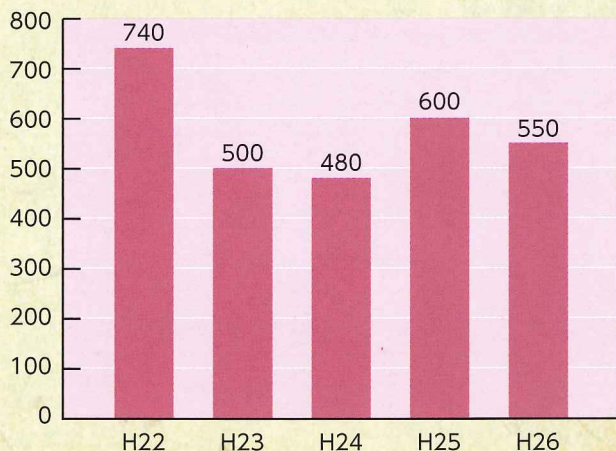


鯉の燻製

全国第1位の生産量(市町村別)

福島県は、養殖鯉部門で平成26年度年間約1,000トン、全国2位の生産量ですが、その多くが郡山市内で生産されており、市町村別では、郡山市は全国1位の生産量を誇っています。

「郡山市の鯉」生産量(トン)



薬用としても優れている鯉

中国の現存する最古の薬物書「神農本草経」に、鯉は長期に食用しても害はなく、人々の健康維持に用いられた上品、上薬と言われる医薬品に分類されています。

現代においても、鯉は①糖尿病の食事療法、②肝臓を守る最良の食品、③緑内障などから目を守る、④腎臓病の食事療法、⑤血流改善、⑥腰痛や関節の痛みを改善、⑦婦人病に良い、⑧母乳の出が良くなるなど、多くの効用があるとされています。(全国養鯉振興協議会パンフレットより)

主な栄養素		含有量(50g)
熱量		85.5kcal
タンパク質		8.85g
脂質		5.1g
ビタミン(水溶性)	B1	0.23mg
	B3(ナイアシン)	1.65mg
	B5(パントテン酸)	0.74mg
ビタミン(脂溶性)	A	2μg
	D	7μg
	E	1mg
ミネラル	カルシウム	4.5mg
	ナトリウム	24.5mg
	カリウム	170mg
	マグネシウム	11mg

郡山市農林部園芸畜産振興課

〒963-8601 福島県郡山市朝日一丁目23-7

TEL:024-924-3761 Fax:024-938-3150

URL:http://www.city.koriyama.fukushima.jp/

mail:engeichikusan@city.koriyama.fukushima.jp



この印刷物は、古紙配合率80%の再生紙と環境にやさしい植物油インキを使用しています。