



오징어



아귀



정어리



꽁치



바닷가재



광어



북방대합

후쿠시마현

후쿠시마현 농림수산부 수산과

우)960-8670 후쿠시마현 후쿠시마시 스키쓰마초 2-16

전화:024-521-7378 팩스:024-521-7940

<https://www.pref.fukushima.lg.jp>



붕장어



파랑눈매룡이

후쿠시마 조반물건



참홀파래

오야시오 해류와 구로시오 해류에 의해
맛있어졌습니다.



문어



가다랑어



고등어



가자미



전복



성게



자주복

후쿠시마현 하마도리

쓰루시하마 항
마쓰카와우라 항

마노가와 항

우케도 항

도미오카 항

히사노하마 항

요쓰쿠라 항

도요마 항

에나 항

나카노사쿠 항

오나하마 항

오바마 항

나코소 항



'조반 물건'을 보내드립니다!

오야시오 해류와 구로시오 해류가 만나는 후쿠시마현 연안의 해류 경계점이 되는 바다. 이 풍요로운 바다에서 잡아올린 다양하고 품질이 좋은 생선은 '조반 모노(조반 지방의 물건)'라 불리며 높은 평가를 받고 있습니다. 자연이 풍부한 이곳 후쿠시마에서 사계절 내내 다양하고 질 좋은 '조반 물건'을 보내드립니다.



바지락

후쿠시마현 바지락의 성어기는 4월~6월. 술점, 바지락밥, 바지락버터구이 등으로 조리해서 드세요.

바지락 술점

바지락은 물에 씻어 프라이팬에 버터와 마늘, 바지락과 유채를 넣고 청주를 뿌린 후 찌내면 완성.



파랑눈매둥이 튀김

파랑눈매둥이를 가볍게 씻어 녹말가루와 박력분 3:1의 비율로 뿌린다. 노릇노릇해질 때까지 기름에 튀긴다.



파랑눈매둥이

심해에 서식하고 눈이 크고 안구가 푸르게 빛나 보여 속칭으로 파랑눈매둥이라고 불립니다. 평범해 보이지만 맛은 일품이며 회, 튀김, 텐푸라, 통구이 등 뛰어난 맛있게 먹을 수 있습니다.



정어리

몸통에 줄지어 있는 검은 반점 때문에 '나나쓰보시'라 부르기도 합니다. 등 쪽이 푸른빛을 띠고 몸통의 검은 반점이 선명하고 배에 살이 쫄 것이 맛있는 정어리입니다.

정어리 튀김

정어리를 3등분한 후 밀가루, 계란, 빵가루를 차례로 입혀 기름에 튀깁니다. 얇게 썬 양배추와 토마토, 레몬을 곁들여 드세요.



봄의 미사키 공원에서 바라본 오나하마 항



뱅어

후쿠시마에 봄을 알리는 뱅어(이시카와 뱅어). 전국적으로 고급 식재료로 알려져 있습니다.



뱅어 튀김

뱅어는 생으로도 맛있지만, 튀겨서 먹는 것도 추천합니다. 녹말가루를 묻혀 160도 기름에 노릇노릇해질 때까지 튀기면 완성.

봄에 항구에 모이는 봄 생선

문어류

풍부한 어장에서 자란 '조반 물건'의 문어는 전복과 게를 주식으로 하기 때문에 감칠맛과 풍미가 풍부한 것이 특징입니다.

문어밥

냄비에 물, 간장, 미림, 설탕, 소금을 넣고 끓으면 문어를 넣고 문어에 국물이 스며들면 불을 끕니다. 조린 물과 문어를 나눠서, 조린 물을 밥솥에 넣어 밥을 짓습니다. 한 김 식은 문어를 밥솥에 넣고 10분 정도 뜸 들이면 완성.





징어리 치어

후쿠시마현에서는 한 척의 배를 이용해 어획하는 '외끌이저인망 어법'으로 어획을 합니다. 선도 유지를 위해서는 속도가 생명입니다. 배에 올라온 징어리 치어는 즉시 얼음을 넣어 급속히 냉각시켜 신선도를 유지합니다. 어획 지역은 현내 진역, 바다 변화의 영향을 받기 때문에 해마다 어획량의 편차가 큰 어종입니다.



성게

후쿠시마현에서는 5~9월이 어획기로 여름에 절정을 맞습니다. 북방대합 껍데기에 성게를 올려 찜구이 한 '조개구이'는 이와키시의 특산품으로 자리 잡았습니다.

성게 조개구이

북방대합 껍데기에 성게를 등쪽 올려 자갈 위에 찜구이 한 이와키의 향토 요리.

바람 부는 조반 앞바다의 여름 생선



우스미소 해안과 시오아사키 등대



징어리 치어 피자

피자 시트에 토마토소스를 바르고, 자른 방울토마토, 바질을 올려 징어리 치어를 얹고 치즈를 얹어 구워내면 완성.



농어

비린내가 없는 흰살 생선으로 소금구이, 조림, 신선하다면 회로도 맛있게 먹을 수 있습니다.

북방대합

북방대합의 정식 명칭은 '함박조개'로 후쿠시마현에서는 앞으로 지속적으로 안심하고 북방대합을 먹을 수 있도록 2~5월을 금어기, 7.5cm 이하를 포획 금지로 정해 자원 관리를 하고 있습니다.



전복 버터구이

수세미 등으로 전복을 깨끗이 씻은 후 격자무늬로 칼집을 내고 프라이팬에 기름을 두른 후 버터, 소금, 후추로 간을 하며, 불을 끄고 간장을 뿌리면 완성.



전복

후쿠시마현에서는 전복 치패를 육성하고 방류하고 있습니다. 전복 치패는 양질의 해초를 먹고 크게 자라 맛도 뛰어납니다. 성장까지 3~4년이 걸립니다.

가다랑어 다타키

가다랑어에 소금을 문질러 살짝 구워 얼음물에 담가 식힌 후 약 1cm 폭으로 썰어 향미 채소를 곁들여 쫄음을 뿌려 드세요.



가다랑어

초여름의 대명사인 가다랑어. 전국에서도 상위권의 어획량을 기록할 때가 있으며, 이와키시에서는 식문화가 번창하고 있습니다.



농어 소테

껍질에 십자로 칼집을 내고 소금, 후추를 뿌린 후 양면에 밀가루를 얇게 뿌려 기름과 마늘로 노릇노릇하게 굽습니다.



북방대합밥

냄비에 물, 간장, 미림, 설탕, 소금을 넣고 끓여오르면 북방대합을 넣어 끓이다가 삶이 끓어지면 불을 끕니다. 조리 물과 대합을 분리한 후 조리 물을 밥솥에 넣어 밥을 짓습니다. 한 김 식은 대합을 밥솥에 넣고 10분 정도 뜸 들이면 완성.





광어

후쿠시마현에서 실시하고 있는 '자원관리형 어업', '만들고 육성하는 어업'의 대표 어종. 어업인 스스로 치어를 방류하거나 전장 30cm 미만의 어획을 금지하는 등의 노력을 기울이고 있습니다. 가을부터 겨울에 걸쳐 잡히는 '겨울 광어'가 맛있었습니다.



광어 회

광어는 보통 5등분으로 썩니다. 등뼈가 굵고 크기 때문에 의외로 손질하기 쉬운 생선입니다. 지느러미살도 귀하니 버리지 말고 쫄깃쫄깃한 식감을 즐겨보세요.

붕장어

낮에는 바위틈이나 모래 속 등 구멍 속에서 생활하기 때문에 '아나고(穴子)'라는 이름이 붙여졌다는 설도 있습니다. 장어와 비슷하지만 딱딱하고 몸통에 흰 점이 줄지어 있는 것이 붕장어입니다. 일반적으로 7월이 제철로 알려져 있지만 겨울에 잡히는 붕장어는 기름기가 많아 매우 맛있었습니다.



붕장어 누름 초밥

붕장어를 매콤 달콤한 양념으로 노릇노릇하게 구워 적당한 적신 누름 초밥 틀에 초밥을 넣고 구운 붕장어를 얹은 뒤 잘 눌러 틀에서 꺼내면 완성.



자주복

전장 70cm, 무게 11kg 내외까지 자라는 대형 복어로 가슴지느러미 부근에 큰 반점이 있는 것이 특징입니다. 2020년 이후 어획량이 급격하게 증가하여 천연 자주복 어획량으로는 전국 최고 수준을 기록했습니다.



풍어 깃발이 펄럭이는 가을 생선



오나하마 항을 출항하는 풍치잡이 배

풍치

홋카이도 동쪽 앞바다에서 자란 풍치는 여름부터 남하를 시작해 10~12월에 후쿠시마현 앞바다로 옵니다. 가을을 대표하는 생선으로 소금구이, 회 등으로 즐겨 보세요.



바닷가재

바닷가재는 주로 자망(고정식 자망)을 이용한 방법으로 어획합니다. 더듬이나 다리가 떨어지면 가격이 하락하는 원인이 되기 때문에 걸린 그물에서 바닷가재를 꺼낼 때는 흠집이 생기지 않도록 세심한 주의를 기울입니다. 이와키 지역에서 주로 잡힙니다.

바닷가재를 맛있게 먹는 방법

몸통은 회로 머리는 된장국에 넣어 남김없이 맛있게 먹을 수 있습니다. 반으로 길라 요리하는 마요네즈 구이도 추천합니다.

풍치 소금구이

옛날 방식대로 작은 화로에서 풍치를 구워보는 건 어떠신가요? 숯불을 잘 피운 후 소금을 뿌린 풍치를 그물망 위에 가지런히 놓아 노릇노릇하게 구워보세요.





고등어

영양가가 매우 높은 고등어. 혈액을 맑게 하는 'EPA'와 치매 예방과 개선에 효과가 기대되는 'DHA' 등 다양한 영양을 함유하고 있습니다. 된장 조림이나 소금구이 등으로 일상 생활에 녹아든 생선입니다.



가자미 조림

토막 가자미, 생강, 간장, 청주, 미림, 설탕을 넣고 가끔씩 국물을 끼얹어가며 윤기가 나도록 조립니다.

가자미

참가자미, 돌가자미 등 15종 내외의 가자미가 잡히며, 12~1월에는 알이 꽉 찬 참가자미와 문치가자미가 귀한 대접을 받습니다.

고등어 된장 조림

비스듬히 살짝 칼집을 내고 끓는 물을 부어 비린내를 제거한 후 냄비에 된장, 설탕, 청주를 넣어 저은 후 얇게 썬 생강과 고등어를 넣고 무정을 덮어 고등어를 조리면 완성.

오징어

가을부터 초겨울에 잡히는 크기가 작은 것은 살이 부드러워 특히 덴푸라로 드시는 것을 추천합니다. 또한, 봄에 잡히는 알을 밴 화살오징어는 알을 품은 채로 조림으로 드시면 좋습니다.



오징어 덴푸라

오징어는 껍질을 벗기고 밀가루를 골고루 묻혀 여분의 가루를 털고 튀김옷을 입힌 후 200℃의 기름에 3~4각으로 튀겨가며 튀기면 완성.



해류가 만나는 바다에서 자라는 겨울 생선



마쓰카와우라의 파래 양식 풍경



참홀파래

현지에서는 '파래'라고 불립니다. 마쓰카와우라에 설치된 김 양식장에서 양식되고 있으며, 겨울부터 봄까지 마쓰카와우라에 선명한 녹색의 김 울단이 펼쳐진 광경을 볼 수 있습니다. 된장국, 덴푸라, 무침, 파스타 등 바다 향이 풍부해 다양한 요리에 활용할 수 있습니다. 말린 김과 김 장아찌는 선물로도 인기입니다.



된장국

된장과 육수로 된장국을 끓인 후 마지막에 참홀파래를 살짝 넣으면 바다 내음 가득한 된장국이 완성됩니다.

아귀 전골

된장 맛과 간장 맛이 있습니다. 좋아하는 야채, 해산물과 함께 끓이고 마지막에 죽으로도 맛있게 먹을 수 있습니다.



아귀

겨울철 제철 미각으로 귀한 대접을 받고 있습니다. 후쿠시마현은 전국 유수의 생산량을 자랑합니다. 아귀 전골, 무침, 튀김으로 몸도 따뜻해집니다.





후쿠시마현에서 잡히는 4개 어종이 수산 에코라벨 인증을 획득

수산 에코라벨 인증은 환경과 수산자원을 배려하며 지속 가능한 어업을 하는 사업자를 인증하는 제도로 인증을 받은 수산물을 소비자가 선택적으로 구매할 수 있도록 상품에 라벨을 표시할 수 있습니다.

2024년 3월 현재 후쿠시마현에서 양류 또는 생산되는 고등어, 정어리 치어, 가다랑어, 파래 등 4개의 어종이 수산 에코 라벨 중 하나인 'MEL 인증'을 받아 유통되고 있습니다.

고등어



정어리 치어



가다랑어



파래



후쿠시마현

후쿠시마의 자부심



조반 물건을 알고, 사고, 먹고, 만들고, 배우고 안전·안심을 위한 활동 등 후쿠시마 수산물에 관한 모든 것을 여기서 알 수 있습니다.



후쿠시마 조반 물건 NAVI

<https://fukushima-jobanmono.jp/>

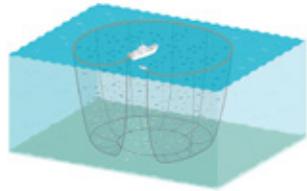
조반 물건 춘하추동 어획 캘린더

어종명	계절	어획월												제철		
		1월	2월	3월	4월	5월	6월	7월	8월	9월	10월	11월	12월			
전갱이	계절															
붕장어	계절															
전복	계절															
아귀	계절															
오징어	계절															
성게	계절															
가다랑어	계절															
가자미	계절															
홍살치	계절															
자주복	계절															
연어	계절															
고등어	계절															
꽁치	계절															
뱅어	계절															
바닷가재	계절															
문어	계절															
대구	계절															
광어	계절															
북방대합	계절															
정어리	계절															
파랑눈매둥이	계절															

한류와 난류가 교차하는 풍요로운 어장의 수작업들

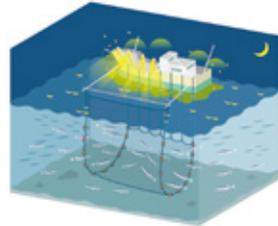


후쿠시마 연안에 산재한 항구와 어장, 그리고 이곳에서 행해지는 어업을 그림으로 소개합니다.



대형선망어업

물고기 떼를 둘러싸듯 그물을 쳐서 그물 아래쪽을 조여 어획하는 어법입니다. 여러 척의 배들이 각기 다른 역할을 맡은 선단을 구성해 조업하는 팀워크가 필요한 어법으로, 한 선단은 그물선 1척, 등대선 1척, 운반선 1~2척으로 구성되며, 총 47~50명이 승선합니다.



공치붕수망어업

공치붕수망어업은 해질녘부터 새벽까지 이루어집니다. 물고기는 밤에 빛에 모이는 습성이 있습니다. 공치는 특히 그 습성이 강해 떼를 지어 해수면 상층부를 회유합니다. 한 번 빛에 모이면 같은 방향으로 순회 운동하며 쉽게 떠나지 않기 때문에 이 습성을 이용해 공치를 붕수망으로 유도해 어획합니다.



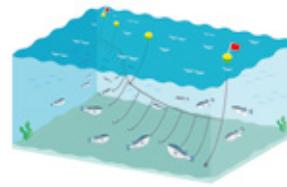
조개형망

조개형망은 저인망 어법의 일종으로 형이라는 무겁고 튼튼한 어구로 해저를 끌며 북방대합, 민들조개 등 쌍각류 조개를 잡는 어법입니다. 조개형망의 구조는 갈퀴가 달린 틀에 자루 모양의 그물을 부착한 것으로, 해저를 끌면서 조개를 파내어 그물 안으로 집어넣습니다. 후쿠시마현에서는 틀 아래쪽에서 바닷물을 분사하는 장치를 부착한 것이 주류입니다.



김 양식

해저에 기둥을 박고 해태망을 매달아 김을 양식합니다. 어획 시에는 배에 실은 전용 기계로 바닷물을 통째로 빨아들여 김을 채취합니다. 김 양식에는 위와 같이 해저에 기둥을 세우고 해태망으로 양식하는 '지주식 양식'과 뗏목에 해태망을 연결해 해면에 띄우는 '부유식 양식'의 두 가지 방법이 있습니다. 후쿠시마현의 산지인 마쓰카와우라에서는 대부분 지주식으로 양식하고 있습니다.



연승 어업

줄기줄에 수많은 지침을 달아 바다에 던져 걸린 물고기를 잡는 어법입니다. 자주복어를 노리는 '복어 줄', 대구를 노리는 '대구 줄', 농어, 쥐노래미를 노리는 '농어 줄' 등이 있습니다.



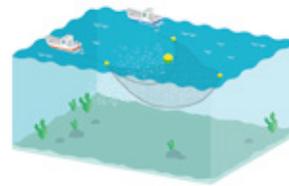
전복 채취

등에 산소통을 메고 허리에 그물을 장착하여 해저까지 잠수해 전복, 성게, 해삼 등을 채취하는 어법입니다. 후쿠시마현에는 해녀가 없고 남성들만 조업하고 있습니다.



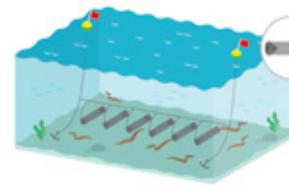
바지락 어업

나무 손잡이 끝에 입구에 갈퀴가 달린 금속 바구니를 부착한 어구로, 바닥에 숨어 있는 조개를 갈퀴로 파내어 잡는 어법입니다. 마쓰카와우라 등에서는 허리에서 가슴 정도까지 물에 잠긴 상태에서 뒷걸음질하면서 파나갑니다.



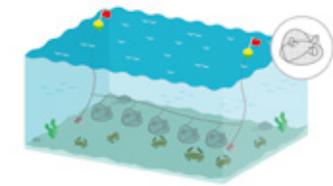
선망 어업

해수면 근처에서 헤엄치는 까나리, 멸치, 이시카와뱅어 등을 그물을 쳐서 잡는 어법입니다.



통발 어업

통발의 일종으로 줄기줄에서 나온 가지줄에 미끼를 넣은 통을 여러 개 달아 해저에 가라앉혀 주로 붕장어 등을 잡는 어법입니다.



바구니 어업

줄기줄에서 나온 가지줄에 미끼를 넣은 바구니를 여러 개 달아 해저에 가라앉혀 바구니에 들어간 게나리 문어 등을 잡는 어법입니다.



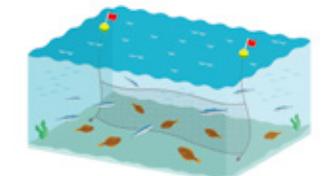
저인망

긴 자루 모양의 그물을 이용해 해저를 끌어 광어, 가자미류, 붕장어 등 해저에 서식하는 어패류를 잡는 어법입니다. 후쿠시마현에서는 수심 60m의 얇은 바다부터 500m에 이르는 깊은 바다까지 저인망 어업이 이루어지고 있습니다.



낙시 어업

광어, 가자미류, 쥐노래미, 대구 등을 겨냥해서 조업을 합니다. 낙시로 잡은 생선은 상처가 적고 선도가 높아 시장에서 높은 가격에 거래됩니다.



자망 어업

물속에 커튼처럼 그물을 쳐서 어패류를 그물망에 걸리게 하여 잡는 어법입니다. 그물을 물살에 실어 흘러보내는 방식(유자망)과 그물을 일정 시간 동안 닻 등으로 고정하여 지나가는 물고기를 그물에 낚아 잡는 방식(고정식 자망)이 있습니다.

후쿠시마현의 해산 어패류 검사 체제



현이 실시하는 모니터링 검사

- ◎ 식품의 안전성을 확인하기 위한 공적 검사
- ◎ 매주 정기적으로 실시 (주당 150개 내외의 검체)
- ◎ 출하 제한 해제
- ◎ 시험 조업 대상 종 선정



게르마늄 반도체 검출기로 검사(후쿠시마현 농업종합센터 검사실)▲

어업협동조합이 실시하는 자체 검사

- ◎ 안전하고 드실 수 있도록 자체 검사
- ◎ 어획일마다 각 시장에서 실시
- ◎ 25Bq/kg을 초과하는 경우, 현의 시험 연구기관에서 정밀검사를 실시



Cs과 NaI 섬광 검출기로 검사(오나하마 수산시장 검사실)▲

자체 검사 과정

① 전처리

어획한 당일 어종별로 1개 이상의 검체를 채취합니다. 표면의 오염을 제거하고 먹는 형태에 맞게 처리합니다.

② 검사

검사실에서 검사를 진행합니다.

* 하한치 12.5벵크렐/kg 이하 (자체 기준치 50벵크렐/kg의 4분의 1)

③ 결과물 첨부하여 출하

어종별로 현 어업협동조합연합회의 검사증명서와 검사 결과를 첨부하여 소비지역의 시장으로 출하합니다.

출하 방침

후쿠시마현 어업협동조합연합회의 출하 방침은 50Bq/kg을 자체 기준으로 삼고 있습니다. 이는 행여라도 100Bq/kg(국가 기준)을 초과하는 해산물을 출하하지 않기 위함입니다.

※ 수산해양 연구센터 수산자원연구소



소마 하라가마 지방 도매시장(마쓰카와우라 항)

동일본 대지진으로 인한 쓰나미로 소마 후타바 지역에서는 항구가 있던 모든 어업 관련 시설이 큰 피해를 입었습니다. 그런 가운데, 이 지역 어업의 중심 역할을 담당하는 하라가마 하역 시설(소마 하라가마 지방 도매시장)이 2016년 9월에 준공되어 운영을 시작했습니다. 이 시설은 소마의 역사와 전통을 느낄 수 있는 '맛배지붕'과 '나마코(격자무늬)벽'과 같은 일본적인 요소를 도입한 건축물입니다.

소마 하라가마 지방 도매시장
(마쓰카와우라 항)

- ◆ 지상 3층, 연면적 약 8,432㎡
- ◆ 관광객 유치를 위해 전시 홀, 전매향(이벤트) 가능, 조리실 등을 설치, 경매 및 방사능 검사 견학도 가능

- ① 하역 시설의 외관
- ② 조류 피해 대책이 마련된 양륙장
- ③ 어패류 양륙 풍경
- ④ 어패류 입찰 풍경
- ⑤ 화물 처리 시설을 이용한 이벤트 풍경



오나하마 수산시장(오나하마 항)

동일본 대지진으로 막대한 피해를 입은 오나하마 수산시장의 재건 및 지역 수산업 부흥을 위해 '오나하마 지역 수산업 시설 부흥 정비 사업'을 활용하여 위생관리를 중시한 수산시장으로 거듭났습니다. (2015년 3월 준공)

오나하마 시장(오나하마 항)

- ◆ 지상 5층, 연면적 약 9,000㎡
- ◆ 연안어업의 어패류를 취급하는 '고도위생 관리시장(A동)'과 대형 어선 2척이 동시에 양륙할 수 있는 '폐쇄형 시장(B동)'이 있고 위생관리를 철저히 실시
- ◆ 하루 50t의 제빙 능력과 500t의 얼음 저장 능력을 갖춘
- ◆ 수산시장 내에 방사성 물질 검사실을 설치

- ① 오나하마 수산시장 외관
- ② 가다랑어 양륙 풍경
- ③ 고도위생관리시장(A동) 입찰 풍경
- ④ 폐쇄형 시장(B동)으로의 반입 풍경
- ⑤ 시장을 활용한 이벤트 풍경



후쿠시마현 수산자원연구소

수산자원연구소는 재배어업과 해저 물고기 자원 연구의 거점으로 소마시에 조성된 연구소입니다.



어류동, 광어, 은어 치어 사육동, 아르테미아 부화조



조사 지도선 '다쿠스이(拓水)', 전복 사육, 광어 치어

주요 연구과제

- ◎재배어업 대상 종의 중요 생산기술에 관한 연구
- ◎재배어업 대상 종의 방류기술에 관한 연구
- ◎연안 저서어 자원 및 자원관리에 관한 조사 연구
- ◎마쓰카와우라 양식 중량 안정화에 관한 연구

소재지 : 소마시 교요 1-1-14
 연구시설 : ◎관리동.....일반연구 실시, 시설 관리(어체 측정, 방사능 측정, 어병 진단, 감시 패널)
 ◎어류동.....20톤 수조 6면(어미 물고기 사육, 어류 중요 생산)
 ◎폐쇄 순환식 수조 실험동.....폐쇄 환경식 수조(폐쇄 환경에서의 사육시험)
 ◎해수여과시설.....1시간당 1,200톤/시간(해수 여과)
 생산능력 : 광어 100만 마리, 은어 300만 마리, 전복 100만 개

후쿠시마현 수산해양 연구센터

수산해양 연구센터는 현내 수산연구기관의 핵심기관 및 해면 부근 물고기 자원 연구의 거점으로서 이와키시 오나하마에 조성된 연구소입니다.



연안 암초지역 조사, 방사성 물질 분석, 조사 지도선 '이와키마루'

주요 연구과제

- ◎환경 내 방사성 물질의 전이 규명
- ◎해양 환경·바다 상황 예측, 어장 형성 예측에 관한 연구
- ◎성게·전복 어업 및 근해 어업 지원에 관한 연구
- ◎다른 분야와 연계한 신기술 개발, 성과에 대한 정보 제공

소재지 : 이와키시 오나하마 시모카지로 마쓰시타 13-2
 연구시설 : 방사능 연구동(방사능 측정실, 건조, 회화실, 식품성분 분석실 등) 일반 연구동(자원조사 측정실, 해양 환경 분석실 등)