



すしネタと魚

Sushi toppings
制作寿司の素材和鱼



すしの名脇役

すしのおいしさはシャリと魚が一体になって生まれる味にありますが、それを引き立てる名脇役の存在も欠かせません。

Famous side dishes of sushi cuisine

While sushi's deliciousness arises from the union of the chari (rice) and fish, the side dishes enhancing such a culinary joy are also not to be missed.

寿司的完美搭配

寿司的美味需与鱼虾的清脆鲜美进行完美的融合。因此，能够衬托出其味美无比的辅助搭配则显得非常重要。



わさび

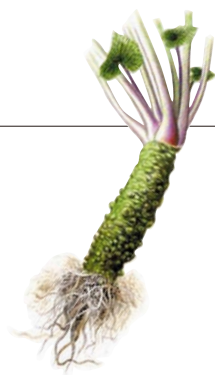
[Wasabi (Japanese horseradish)] [芥末]



玉子焼やアナゴなどの煮もの、カツオをのぞいて、ほとんどのすしに使われる。特有の辛みと香りで味覚を一時的に麻痺させ、魚の生臭みを感じさせない働きがある。

Wasabi is used in most sushi dishes, with the exception of katsuo (bonito) and cooked entrees, such as tamago yaki (omelet) and anago (sea eel). With its distinctive sharp taste and aroma, this garnish temporarily numbs the palate and subdues the raw smell of fish.

除了以煎鸡蛋饼、煮康吉鳗、鲶鱼为材料制作的寿司以外，大都需要搭配芥末一同食用。芥末独有的辛辣和芳香可暂时麻痹人的味蕾，遮盖生鱼片的腥臭味。



海苔

[Nori (Seaweed)] [海苔]



江戸前ずしの巻物には焼き海苔を使う。このため、香りの良さとパリッとした歯切れの良さが楽しめる。海苔にはカツオ節や昆布、椎茸と同じ旨み成分も含まれている。

For rolled sushi entrees of Edomaezushi (Tokyo-style sushi), toasted seaweed is used, making these entrees fragrant and crispy. Nori contains the same tasty ingredients found in katsuo (small pieces of sliced dried bonito), konbu (kelp), and shiitake (a shiitake mushroom).

江戸前寿司中寿司巻の制作过程当中经常会使用烤海苔。海苔的鲜美以及咬上去清脆爽口的口感深受众人喜爱。海苔与干制鲶鱼、海带、香菇具有同样美味的成分。



酢 [Su (Vinegar)] 【醋】



酢はすしの歴史とともにあり、米飯と非常に相性のいい調味料。炊き上がったご飯に酢を合わせるの、酸味をつけることで魚と馴染みやすい風味をつくり出すから。

The history of su is integral to the history of sushi, and is a seasoning that goes excellently with boiled rice; it adds acidity and creates a flavor that enhances the taste of the fish.

寿司発展の歴史中离不开醋的搭配。醋作为寿司中不可或缺的调料，可与米饭的香味相得益彰。在刚煮好的米饭中加醋调匀，这样制作出的寿司中，醋的酸味能够与鱼的鲜美相互融合。



お茶 [Ocha (Tea)] 【茶】



すし店でお茶を出すのは、すしを食べた時に舌の上に残る魚の脂分をさっと洗い、次のすしを新たに味わう口直しのため。冷めにくいように分厚い湯呑み茶碗を使う。

The tea served at sushi restaurants is for washing away the grease of the fish that remains on your tongue when you have sushi. In effect, the tea helps you to get rid of the aftertaste of a sushi morsel so that you can enjoy your next one with a clean palate. A thick teacup is used to prevent the tea from cooling down too quickly.

寿司店中通常会为客人上一杯茶。这是为了冲掉食用寿司时残留在舌头上的鱼片中的脂肪成分。通过喝茶清口为品尝下一款寿司做好准备。常常会使用较厚的茶杯防止茶水变凉。



熱い湯を注ぐだけでさっと香りと味が出る粉茶を使い、湯呑み茶碗にたっぷり出す。

Fill up your teacup, using powdered tea that quickly releases its fragrance and flavor.

热水倾注而下，浸润了茶碗中的茶叶末，飘香四溢的茶香扑面而来。

ガリ [Gari (Sweet, pickled ginger)] 【甜姜片】



生姜を薄く切って甘酢などで調味したものがガリ。お茶と同じように、いろいろなネタを味わっていく時に、前に食べたネタの味を消し、さっぱりさせる作用がある。

Gari is slices of ginger seasoned with vinegar that is sweetened with mirin and sugar. Just like tea, it works to cleanse the palate so that you can enjoy the full freshness of each sushi you try.

用甜醋泡制的薄切生姜片。与饮茶的道理相同，在食用多种食材时，通过食用甜姜片可尽快消除上一道食材留在口中的余味，帮助口腔保持清爽的感觉。



醤油 [Shoyu (Soy sauce)] 【酱油】



醤油は多くの香り成分を持っており、これが魚の生臭みを消してすしの風味を飛躍的に向上させる。生醤油に酒やみりんなどを加えて煮立てたものを使う店もある。

Shoyu contains many aromatic ingredients, helping to drastically enhance the flavor of a sushi morsel by getting rid of its raw smell. There are establishments that use a special soy sauce made by adding liquor or sweet sake to pure soy sauce and boiling it.

酱油中含有多种香料成分，在消除鱼腥味的同时还可增加食用寿司的味觉享受。一些店铺中也会在生酱油中加入酒或料酒煮沸后进行使用。



笹・葉欄 [Sasa (Bamboo grass) /Haran (Cast-iron plant)] 【细竹・叶兰】



江戸前ずしに使われる笹、関西ずしの葉欄はともにすしを引き立てる飾りの役割が大きい。笹は、その香りと殺菌効果の高さから、古くから食品との結びつきが深い。

Both the sasa (bamboo grass) used in Edomaezushi (Tokyo-style sushi cuisine) and the haran (cast-iron plant) used in Kansai-zushi (Kansai-style sushi cuisine) play a large role as a garnish for sushi. The sasa, in particular, has been closely linked with food for a long time, thanks to its aroma and highly potent sterilizing effect.

江戸前寿司中使用的细竹，关西寿司中使用的叶兰都起到了衬托和美化寿司的重要作用。细竹带有清新的香气并具有杀菌效果。自古以来常被用来搭配各种食物。



江戸前ずし

赤身、白身、光もの、貝類、海老・イカ、魚卵など、江戸前ずしのネタにはさまざまな魚が使われます。しかも、それらは四季折々の新鮮で、すしにしておいしい魚を握るので、魚の種類は実にバラエティーに富んでいます。こうした豊かな魚の持ち味に加え、刺身のように生で握るもの、光もののように酢でしめるもの、アナゴやタコのように煮ものにして使うものといった調理法の違いもあって、すしの味わいを広げているのです。

Edomaezushi (Tokyo-style sushi)

Edomaezushi come with various toppings, including red fish, whitefish, silver-skinned fish, shellfish, shrimps, cuttlefish, and roe. These sushis are molded with nothing but fresh seasonal fish so the variety available is truly amazing. In addition to the characteristic tastes of such full-flavored fish, various cooking methods also enhance and expand the culinary delights of sushi—cooking methods such as handcrafting the sushi with raw toppings like sashimi; firming up toppings like silver skinned fish with vinegar; stewing sea eel or octopus.

江戸前寿司

制作江戸前寿司时会使用到各种各样丰富的食材，如红鱼肉、白鱼肉、带鱼皮的鱼片、贝类、虾、墨鱼、鱼子等等。此外，在制作江戸前寿司的过程中全部严格选用当季新鲜美味的食材，对鱼的选择也是多种多样的。除了发挥出鱼类本身具有的鲜美味道，还可通过不同的烹饪手法，丰富对江戸前寿司的味觉体验，例如生鱼片似的手握寿司、蘸醋吃的配以鱼皮而带有光泽的鱼片寿司、使用康吉鰹、章鱼制作的煮菜等等。

鯖 マグロ (赤身) Maguro (Lean tuna) 金枪鱼 (赤身)



江戸前ずしの中心となるネタで、本マグロからインドマグロ、メバチ、キハダ、カジキ類まで多彩な味が魅力。

A signature topping in the cuisine of Tokyo-style sushi (Edomaezushi), tuna comes in various tempting types, ranging from bluefin tuna and the southern bluefin tuna to the bigeye tuna, yellowfin tuna, and swordfish.

制作江戸前寿司时使用的主要素材，金枪鱼品种丰富，鲜香味美。主要有黑金枪鱼、印度金枪鱼、大眼金枪鱼、黄鳍金枪鱼、旗鱼科海水鱼等品种。



- 漁獲量上位: 静岡県/宮城県/宮崎県 【旬: 冬】
- Top haul areas: Shizuoka, Miyagi, Miyazaki
- [In season: winter]
- 捕獲量居前: 静岡県/宮城県/宮崎県 【季节: 冬季】

鰯 カツオ Katsuo (Bonito) 鰯魚



春から初夏のあっさりした初カツオ、秋の脂の乗った戻りカツオと、季節による味の違いが楽しめる赤身の魚。

This is a red fish delicacy that comes in various seasonal flavors, ranging from the simple-tasting hatsu katsuo, or first bonito of the year, fished during the period from spring through early summer, and the modori katsuo, or the bonito fished during autumn, when they head back and follow the warmer currents that recede to the south for the winter. This is also when the bonito's oil content is at its highest.

在春天至初夏的时期内初次上市的鰯鱼口感清爽，待到秋天则变得肥美鲜香。不同的季节均可品尝鰯鱼不同的风味。



- 漁獲量上位: 静岡県/宮城県/三重県 【旬: 夏】
- Top haul areas: Shizuoka, Miyagi, Mie
- [In season: summer]
- 捕獲量居前: 静岡県/宮城県/三重県 【季节: 夏季】

鯖 サバ Saba (Mackerel) 青花鱼



酢でしめることで味の深みが増す光もの。脂質にはEPA(エイコサペンタエン酸)が多く、成人病予防にいい。

A silverfish variety, the mackerel's flavor deepens when firmed up with vinegar, and with high levels of the lipid, EPA, this silverfish is said to be effective in preventing adult diseases.

用醋浸透后的味道将更加鲜美。青花鱼中的脂肪成分中EPA(不饱和脂肪酸)含量较高，可有效预防成人疾病。



- 漁獲量上位: 長崎県/茨城県/静岡県 【旬: 秋】
- Top haul areas: Nagasaki, Ibaraki, Shizuoka
- [In season: autumn]
- 捕獲量居前: 長崎県/茨城県/静岡県 【季节: 秋季】

鯖 イワシ Iwashi (Sardine) 沙丁鱼



大衆魚だが、鮮度のいいイワシは脂が乗り、通好み。EPA、DHA(ドコサヘキサエン酸)を含む健康食としても人気。

While considered to be the fish of choice for the frugal diner, the fresh sardine is also a favorite among connoisseurs, thanks to its higher fat content. Containing both EPA and DHA, the sardine is popular as a health food also.

沙丁鱼是较为常见的一种鱼类。新鲜高品质的沙丁鱼肥厚鲜美，广受大众喜爱。沙丁鱼中富含EPA、DHA(二十二碳六烯酸)，作为健康食材，受到了越来越多人的喜爱。



- 漁獲量上位: 千葉県/茨城県/三重県 【旬: 春】
- Top haul areas: Chiba, Ibaraki, Mie
- [In season: spring]
- 捕獲量居前: 千葉県/茨城県/三重県 【季节: 春季】

真鯛

マダイ
Madai
(Red sea bream)
真鯛魚



脂肪分が少なく、ケセのない旨さが好まれる白身の代表格。旬は産卵前の冬から早春にかけて。皮目にも旨さがある。

A representative of the whitefish variety, the red sea bream is favored for its low fat content and its pleasant flavor. This fish is in season in the period from winter, just before their egg laying, to early spring, and its skin is also tasty.

真鯛魚味道鲜美，无腥臭味，脂肪含量较少，是白鱼肉的代表鱼种。冬季产卵前直至早春时节都为品尝真鯛鱼的最佳时期，其鱼皮的味道亦非常鲜美。



- 漁獲量上位:愛媛県/福岡県/兵庫県 [旬:春]
- Top haul areas: Ehime, Fukuoka, Hyogo [In season: spring]
- 捕获量居前:愛媛县/福岡县/兵库县 [季节:春季]

間ハ

カンパチ
Kanpachi
(Greater amberjack)
琥珀魚



シマアジと並ぶ夏場の白身として使われ、天然ものは肉がしまって脂がある。近年は、養殖ものも品質が向上。

Used as the whitefish of choice for the summer season, along with the striped horse mackerel, the wild greater amberjack has firm fatty meat. In recent years, the quality of the farmed variety has improved.

夏天的琥珀魚味道极为鲜美，因此常与条纹鲭同被视为夏季白鱼肉的代表鱼种。天然的琥珀鱼肉质肥厚紧实。近年来养殖的琥珀鱼品质也得到了大幅的提升。



- 主要産地:鹿児島県 [旬:秋]
- Main production areas: Kagoshima [In season: autumn]
- 主要产地:鹿児島县 [季节:秋季]

鰯

ヒラメ
Hirame
(Flatfish)
比目魚



寒ヒラメの旨さは昔から定評が。上品な味に加え、美肌効果のあるコラーゲンを含むので、女性にはおすすめ。

The taste of the flatfish has been highly acclaimed since days of old. This fish is especially recommended for women, since, in addition to its refined flavor, it contains collagen, which is known for its skin-beautifying properties.

自古以来冬季比目鱼的鲜美嫩滑已为人所知。比目鱼不仅拥有细腻高级的口感，更富含大量胶原蛋白成分，极具美肌效果，十分推荐女性们进行食用。



- 漁獲量上位:青森県/北海道/長崎県 [旬:冬]
- Top haul areas: Aomori, Hokkaido, Nagasaki [In season: winter]
- 捕获量居前:青森县/北海道/长崎县 [季节:冬季]

縞鰯

シマアジ
Shima-aji
(Striped jack)
条纹鰯



その名の通り、体の中央に黄色い線が走り、アジ科の中ではもっとも味が良く、戦後に夏の高級白身として定着。

As the name suggests, a yellow stripe runs across the center of its body, and among the Carangidae family of fish, this variety is the most delicious. During the postwar era, it became firmly established as a first-rate whitefish delicacy.

条纹鰯的身体中央长有金黄色的条纹，在鰯科海水鱼中味道最佳，战后被誉为夏季中的高级食用鱼。



- 主要産地:大分県/愛媛県/三重県 [旬:夏]
- Main production areas: Ooita, Ehime, Mie [In season: summer]
- 主要产地:大分县/爱媛县/三重县 [季节:夏季]

鰯

アジ
Aji (Horse mackerel)
竹筴魚



アジは種類が多いが、江戸前ずしでアジといえばマアジのこと。1年を通して極端に味が落ちる時期がない魚。

There are many types of horse mackerel, but in the world of Tokyo-style sushi (Edomae-zushi), when you talk about horse mackerel, you're talking about maji, or jack mackerel. Throughout the year, this fish remains delicious, varying in flavor by small degrees only.

竹筴鱼的种类繁多，在制作江户前寿司时所使用的竹筴鱼通常为日本竹筴鱼，是全年都能拥有鲜美美味的鱼类品种。



- 漁獲量上位:長崎県/島根県/山口県/大分県 [旬:夏]
- Top haul areas: Nagasaki, Shimane, Yamaguchi, Ooita [In season: summer]
- 捕获量居前:长崎县/岛根县/山口县/大分县 [季节:夏季]

小鰯

コハダ
Kohada
(dotted gizzard shad)
小鰯魚



シンコ→コハダ→ナカズミ→コノシロと成長に応じて呼び名が変わる出世魚。すしに握るのはシンコとコハダ。

The name of this fish varies by its age: Shinko-Kohada (Dotted gizzard shad)-Nakazumi-Konoshiro (Gizzard shad). The varieties of the shad used in sushi are shinko and kohada.

幼鰯→小鰯→中鰯→班鰯，正如此，该鱼类从幼鱼成长至成鱼的过程中，按照成长阶段的不同名字也会相应的变化。制作寿司时通常会使用幼鰯和小鰯鱼。



- 漁獲量上位:大阪府/熊本県/佐賀県 [旬:秋]
- Top haul areas: Osaka, Kumamoto, Saga [In season: autumn]
- 捕获量居前:大阪府/熊本县/佐贺县 [季节:秋季]

鰯烏賊 スルメイカ

Surumeika
(Japanese flying fish)
枪乌贼



日本沿海各地でとれ、全国的に親しまれているのがスルメイカ。比較的身がかわたいので、軽く叩うちをして握る。

Fished in various coastal waters of Japan, the Japanese flying fish is enjoyed all over the country. Its meat is relatively firm, so a chef will lightly beat it with a blade before using it for sushi.

分布于日本沿海各地，是日本近海最为常见的乌贼。身体相对较硬，需用刀进行轻轻敲打。



- 漁獲量上位：
青森県/北海道/石川県
〔旬：夏〕
- Top haul areas:
Aomori, Hokkaido, Ishikawa
〔In season: summer〕
- 捕获量居前：
青森县/北海道/石川县 〔季节：夏季〕

蛸 タコ

Tako (Octopus)
章鱼



江戸前ずしでタコといえば、一般にはマダコ。柔らかく茹で上げて、弾力のある味わいに。煮ツメをつける店も。

In the world of Edomae-zushi (Tokyo-style sushi), the octopus is generally referred to as madago. When boiled until soft, this delicacy acquires a springy flavor. Some establishments add nitsume, or conger eel sauce.

制作江戸前寿司时使用的章鱼通常为真蛸。在开水中略煮后真蛸会变得更具弹性。有些店铺也会将真蛸煮干后使用。



- 漁獲量上位：北海道/兵庫県/香川県 〔旬：秋〕
- Top haul areas: Hokkaido, Hyogo, Kagawa
〔In season: autumn〕
- 捕获量居前：北海道/兵库县/香川县 〔季节：秋季〕

穴子 アナゴ

Anago (Conger eel)
康吉鳗



煮ものダネの代表格で、関西ずしでも欠かせない魚。その煮方に店ごとの個性があり、煮ツメをつけるのが原則。

A typical ingredient found in stewed dishes, the conger eel is indispensable in Kansai-style sushi cuisine. Every establishment has their own signature way of stewing, and as a rule, they add a special condensed sushi sauce, known as "nitsume." This sauce is made with the broth of conger eel.

康吉鳗是制作煮菜时使用的代表食材，与此同时康吉鳗也是制作关西寿司中不可或缺或缺的素材。每家店铺的煮制方法各有特色，而煮制香浓则为熬制康吉鳗的基本原则。



- 漁獲量上位：長崎県/兵庫県/愛媛県 〔旬：夏〕
- Top haul areas: Nagasaki, Hyogo, Ehime 〔In season: summer〕
- 捕获量居前：长崎县/兵库县/爱媛县 〔季节：夏季〕

鰯 ブリ

Buri (Yellowtail)
鲷鱼



呼び名が変わる出世魚で、成魚がブリ。白身だが脂肪分が多く、冬の脂の乗った天然ブリはマグロのトロに匹敵。

This fish's name changes as it grows, and buri (yellowtail) is its adult name. While the yellowtail is a whitefish, its fat level is high, and in the winter, the wild buri has much fat as the tuna's toro (its fatty belly part).

从幼鱼成长至成鱼的过程中，每长大一点就换一个名字。成鱼的名字叫做黄尾鱼。属于白鱼肉，脂肪含量较高。冬季天然的黄尾鱼的肥美程度可与金枪鱼相媲美。



- 漁獲量上位：岩手県/長崎県/島根県 〔旬：冬〕
- Top haul areas: Iwate, Nagasaki, Shimane
〔In season: winter〕
- 捕获量居前：岩手县/长崎县/岛根县 〔季节：冬季〕

魚卵 イクラ

Ikura (Roe)
咸鲑鱼子



サケやマスの卵を卵巣膜のまま塩漬けにしたのがスジコ、一粒一粒バラバラにして塩漬けにしたのがイクラ。

The eggs of salmon and trout that are pickled in salt in their ovarian form are called "sujiko," while eggs removed from their ovaries and pickled in salt are called "ikura."

将鲑鱼或鳟鱼的整条卵巢直接用盐腌制的为咸鲑鱼卵，而将鲑鱼和鳟鱼的卵一个个地分离开来，用盐腌制的则为咸鲑鱼子。



- 漁獲量上位：北海道/岩手県/宮城県 〔旬：秋〕
- Top haul areas: Hokkaido, Iwate, Miyagi
〔In season: autumn〕
- 捕获量居前：北海道/岩手县/宫城县 〔季节：秋季〕

鮭 サーモン

Sake (Chum salmon)
鲑鱼



国産のサケ、マスに加え、ノルウェーやチリなどからの脂の乗った輸入サーモンの生鮮流通により、人気が再燃。

This delicacy is enjoying a revival, thanks to the availability of fresh fatty salmon imported from Norway and Chile, in addition to the availability of the domestic salmon and trout.

除了国产的鲑鱼和鳟鱼外，近年来通过鲜活食品流通而大量引入的挪威和智利等地的鲜嫩肥美的鲑鱼再次燃起了人们对鲑鱼的喜爱。



- 漁獲量上位：北海道/岩手県/宮城県 〔旬：秋〕
- Top haul areas: Hokkaido, Iwate, Miyagi
〔In season: autumn〕
- 捕获量居前：北海道/岩手县/宫城县 〔季节：秋季〕

車海老

クルマエビ
Kurumaebi
(Prawn)
明虾



特有の旨みと茹でた時の赤みの美しさは海老類の中で最高。生きたまま殻をむいて握る「オドリ」もおすすめ。

The flavor and the beauty of the reddish tinge that forms when boiled makes this delicacy the best among shrimps. We also recommend the "Odori," a sushi entree prepared by peeling the husk of a live prawn. The name "Odori" means dance.

独特的鲜美滋味，煮后泛出的那一抹淡红的颜色实属虾中之最。建议剥掉虾壳后“蘸醋和酱油生吃”。



□漁獲量上位：愛媛県/大分県/愛知県
[旬：夏(関西)冬(関東)]

□Top haul areas: Ehime, Oita, Aichi
[In season: summer (Kansai), winter (Kanto)]

□捕獲量居前：愛媛県/大分県/愛知県
[季节：夏季(关西)冬季(关东)]

甘海老

アマエビ
Amaebi
(Sweet lobster)
甜虾



身が柔らかく、とろりとした甘みがあることからの呼び名。北陸地方の特産で、子を持ったものは珍重される。

Amaebi is the common name for this sweet lobster, which is a specialty of the Hokuriku region. Specifically, the moniker refers to its soft meat and thick sweetness. The pregnant amaebi is highly valued.

因身体柔软，并具有浓厚香甜的口感而得名。甜虾属于北陆地区的特产。带虾子的甜虾极为珍贵。



□漁獲量上位：北海道/新潟県/富山県 [旬：冬]

□Top haul areas: Hokkaido, Niigata, Toyama
[In season: winter]

□捕獲量居前：北海道/新潟県/富山県 [季节：冬季]

雲丹

ウニ
Uni (Sea urchin)
海胆



戦後、江戸前ずしに定着したタネ。新鮮な生ウニは身がしっかりととしてとろけるような甘みがあり、磯の香りも。

A topping that came to prominence after the war in the world of Edomae-zushi (Tokyo-style sushi cuisine). Smelling of the sea, the raw sea urchin has a firm flesh and tastes meltingly sweet.

战后，海胆开始成为制作江户前寿司的固定素材。新鲜的生海胆入口即化，甘甜味美，大海的味道弥漫舌尖，齿齿留香。



□主要産地：北海道/岩手県/青森県 [旬：夏]

□Main production areas: Hokkaido, Iwate, Aomori
[In season: summer]

□主要産地：北海道/岩手県/青森県 [季节：夏季]

鮑

アワビ
Awabi (Abalone)
鲍鱼



夏の高級貝。生のコリコリとした身の旨さは、確かに美味。柔らかく煮たり、蒸したりしたものを握るのも合う。

A summertime, premium shellfish, the awabi's raw, crunchy flesh is certainly delicious. It also goes well as a topping when slightly boiled or steamed.

夏季盛产的高级贝类，生鲍鱼在口中咀嚼时会发出嘎吱嘎吱的清脆声响，味道也极为鲜美。此外，还可使用略煮或清蒸的方法进行烹制食用。



□漁獲量上位：岩手県/宮城県/長崎県 [旬：夏]

□Top haul areas: Iwate, Miyagi, Nagasaki
[In season: summer]

□捕獲量居前：岩手県/宮城県/長崎県 [季节：夏季]

帆立貝

ホタテガイ
Hotategai
(Scallop)
扇贝



イノシン酸やグルタミン酸などの旨み成分をたっぷり含んだ貝。生はもちろん、さっと煮たものもいける。

This is a shellfish that contains plenty of flavorful ingredients, such as inosinic acid and glutaminic acid. You can certainly enjoy it raw, but lightly boiling it is a good idea too.

扇贝中富含次黄嘌呤核苷酸及谷氨酰胺等成分。既可生吃也可用热水烫后食用。



□漁獲量上位：北海道/青森県 [旬：夏]

□Top haul areas: Hokkaido, Aomori
[In season: summer]

□捕獲量居前：北海道/青森県 [季节：夏季]

赤貝

アカガイ
Akagai (Ark shell)
赤贝



貝類の上タネ。身の表に切り込みを入れてまな板にたたきつけ、きゅっと縮まるのが新鮮で生きている証拠。

A quality shellfish topping, the ark shell's proof of life and its freshness can be confirmed when it tightly shrinks after making a slit on its flesh and throwing it against the cutting board.

贝类中的上等品种。将其放在切菜板上敲打或用刀切其身体表面时，紧缩成一团的则说明赤贝非常新鲜。



□漁獲量上位：佐賀県/福岡県/三重県 [旬：冬]

□Top haul areas: Saga, Fukuoka, Mie
[In season: winter]

□捕獲量居前：佐賀県/福岡県/三重県 [季节：冬季]

関西ずし

関西ずしの魚といえば、棒ずしやバッテラのサバを筆頭に、箱ずしには白身の箱にコダイ、厚焼き玉子の入るケラ箱には海老、タイやヒラメの白身魚、焼き身の箱にアナゴ、またはハモ、サワラなどが使われます。

Kansai sushi

When speaking of fish in the world of Kansai-style sushi cuisine, the first ones on its list are bouzushi (literally "rod sushi") and battera mackerel (Osaka-style mackerel sushi). In hako-zushi (boxed sushi) cuisine, you will find kodai (young porgy) in the whitefish box; ebi (shrimp), tai (porgy) and a whitefish, such as hirame (flatsfish), in the kera box, which contains thick slices of omelet as well; and in the grilled-meat box, anago (sea eel) or hamo (pike conger) or sawara (Spanish mackerel).

关西寿司

棒状寿司或上附青花鱼片的方形寿司等关西寿司的制作过程中同样会使用丰富的鱼、虾类等食材。箱形寿司中以白鱼肉为主的寿司会使用小鯛，放入厚鸡蛋片的箱形寿司中会使用虾、鲷鱼、比目鱼等白鱼肉食材，烤制的箱形寿司中则会使用海鰻、蓝点马鲛等等食材。

茶巾ずし

[Chakin-zushi
(Sushi wrapped
in a thin egg crepe.)]
[茶巾寿司]

箱ずし

[Hakozushi
(Boxed sushi)]
[箱形寿司]



真鯛 マダイ

[Madai (Red sea bream)]
[真鯛魚]



車海老

クルマエビ
[Kurumaebi (Prawn)]
[明虾]

巻きずし

[Makizushi (Rolled sushi)]
[卷寿司]



玉子・焼き穴子 胡瓜・椎茸

タマゴ・ヤキアナゴ
キュウリ・シイタケ
[Egg and broiled conger eel and
Cucumber and shiitake mushroom]
[鸡蛋・烤康吉鰻・黄瓜・香菇]

棒ずし

[Bouzushi
(literally "rod sushi")]
[棒状寿司]



鯖 サバ

[Saba (Mackerel)]
[青花魚]



全国すし商生活衛生同業組合連合会加盟店



全すし連合会加盟店情報はこちら