

磯の香りが広がる、愛知の隠れた日本一 **アオリ**

▶ おさかなレシピ



アオリの佃煮

▶ 基本情報



旬
冬～春



漁法
養殖



主な産地
田原市

👉 **アオリ？アオサ？ヒトエグサ？アオリ界の呼び名はややこしい！ヒトエグサは香りの高い「海苔の佃煮」になります**

アオリというと、お好み焼きに振りかけるあの「青のり」を思い浮かべるでしょうが、あれは実は、主にアナアオサなどのアオサ類です。

このページで紹介するアオリは、正式和名はヒトエグサ。でも養殖現場では「青ノリ」と呼ばれ、黒ノリと同じように養殖されています。他にも、スジアオリ、ヒアアオリなど本家の「アオリ」もあるのでややこしいですね。

アオリ＝ヒトエグサは、普通の黒ノリと同じように板状に加工されるほか、生やばら干しでも流通しています。ノリ佃煮の原料になるほか、熱いみそ汁に入れると磯の香りが広がってとても美味しくなります。三杯酢などで美味しく食べることができ、シャキシャキした食感も楽しめます。あまり知られていませんが、全国統計では愛知県の生産量はダントツの日本一。愛知の隠れた名産品なのです。