鮎の昆布巻き

主原料
アユ、こんぶ類

主生産地
滋賀、栃木、岐阜

保存方法
冷蔵保存／常温保存

キーワード
カルシウム／昆布巻き／琵琶湖／おせち料理

備考
Ayu-kobumaki／伝統的加工品



鮎の昆布巻きとは

鮎の昆布巻きとは、子持ち大アユを素焼きにした後、昆布で巻き、醤油や酒、みりん、砂糖などで甘辛く煮込んだ日本の伝統的な佃煮である。湖産魚介類の佃煮とともに贈答用として、広く親しまれている。鮎の昆布巻きを切って、そのままお重に入れ、正月用のおせち料理のひとつとして使われることが多い。ご飯のお供や酒の肴に適している。

琵琶湖のアユは10cmぐらいの体長にしかならないが、川で育ったアユは20cmぐらいまで育つ。その大アユを昆布で包み込んでじっくり炊き込んだものが「鮎の昆布巻き」で、「鮎巻き」とも言われている。

アユは、特有の旨味や香りがあり、鰊（にしん）の昆布巻きとはまた違った美味しさである。好みの厚さに輪切りする。

主な生産地

滋賀県、栃木県、岐阜県、宮崎県、福井県、山形県など

生産の動向

2009年の日本国内における昆布巻全体の推定生産量（鰊の昆布巻き、鮭の昆布巻き等を含む）は、年間約5,270トンと推定されている。このうち、国産が約3,270トン、中国からの輸入が約2,000トンで、中国産が約４割を占めている。中国産の昆布巻は、半製品として日本に輸入され、国内で調理・味付けされることが多い。

原料選択のポイント

アユは新鮮なものを、昆布は早煮昆布を用いる。

使用する副原料

昆布、 干瓢（かんぴょう） 、出汁、みりん、醤油、砂糖など

加工技術

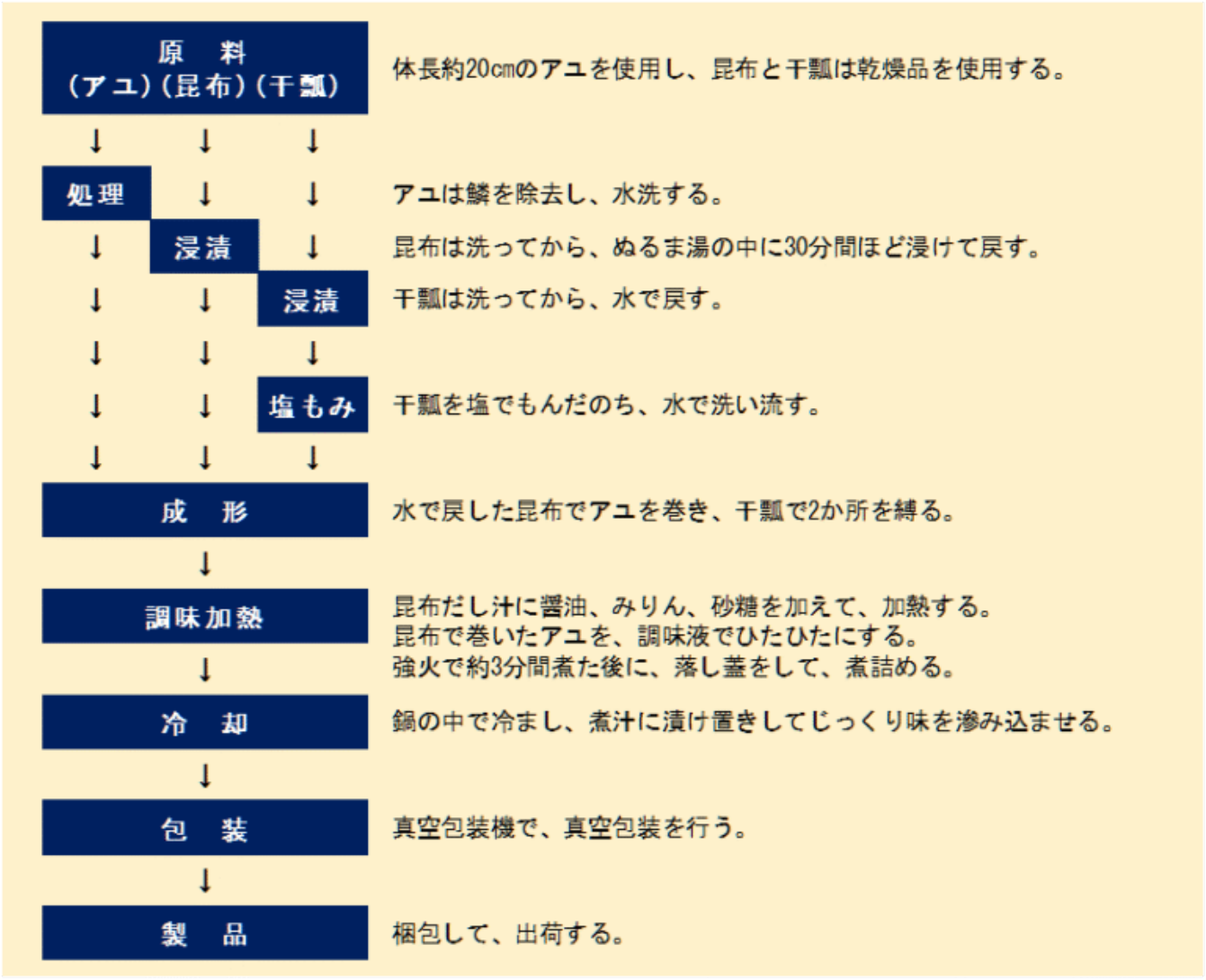
アユ、昆布、干瓢を昆布だし、醤油、みりん、砂糖等で作製した調味液に浸漬し、長時間煮た後で、真空包装するので、製品が空気に触れることがなく、保存性の点ではかなり有効な加工方法だと言える。

製造工程の概略

鮎の昆布巻きの配合例を**表１**に示す。

表1. 鮎の昆布巻きの配合例

アユ(生)	50g(大アユ一尾分)
早煮昆布	2枚
干瓢	10g
昆布だし汁	700ml
醤油	100ml
みりん	大さじ2
砂糖	大さじ2



加工の実際

- **原料**　体長約20cmのアユを使用し、昆布と干瓢は乾燥品を使用する。
- **処理**　アユは鱗を除去し、水洗する。
- **浸漬**　昆布は洗ってから、ぬるま湯の中に30分間ほど浸けて戻す。干瓢は洗ってから、水で戻す。
- **塩もみ**　干瓢を塩でもんだのち、水で洗い流す。
- **成形**　水で戻した昆布でアユを巻き、干瓢で２か所を縛る。

- **調味加熱**　昆布だし汁に醤油、みりん、砂糖を加えて、加熱する。
  昆布で巻いたアユを、出汁、醤油、みりん、砂糖を入れた薄味の調味液でひたひたにする。
  強火で３分程煮た後に、落し蓋をして中火で約40分間から50分間、煮詰める。

- **冷却**　鍋の中で冷やし、煮汁に漬け置きしてじっくり味を滲み込ませる。

- **包装**　真空包装機で、真空包装を行う。

- **製品**　梱包して、出荷する。

加工に用いる機器等

　鍋、真空包装機　等

品質管理のポイント

　鍋で、落し蓋をして中火で約40分間から50分間、煮詰めることが重要である。調味液を十分しみこませ、製品の味付けと同時に水分活性を低下させて、保存性を高めている。

特徴的な成分

　アユ全体を食することができるため、骨に含まれるカルシウム、亜鉛等を摂取できる。
（水産物に含まれる各種成分の効能については、「この図鑑の使い方」末尾の【参考情報】をご参照ください）

製品の形態・包装

　商品は、脱気包装でパックされているため、加圧加熱されたものは約１年間常温保存可能である。

調理方法および食べ方

　そのまま、あるいは、輪切りにして食べる（**写真１**）。



写真１　鮎の昆布巻き（提供：堀越昌子）

同類製品例

鰊の昆布巻き、ししゃもの昆布巻き、鮭の昆布巻き、さんまの昆布巻き、帆立の昆布巻き等

参考文献

・消費者庁食品表示課、平成22年７月、昆布巻の流通状況.
https://www.cao.go.jp/consumer/history/01/kabusoshiki/syokuhinhyouji/doc/003_100721_shiryou1-2.pdf（2025年12月22日参照）

（著者：元滋賀大学　堀越 昌子）

最終更新日:2026.04.09

© 2025 suisankakohin.zukan