なんば焼

主原料
えそ類、ぐち類、スケトウダラ

主生産地
和歌山

保存方法
冷蔵保存

キーワード
焼きかまぼこ／田辺市／冷凍すり身

備考
Nambayaki／伝統的加工品



なんば焼とは

なんば焼（南蛮焼）は、江戸時代の文化文政の頃より、紀伊田辺（現在の和歌山県田辺市付近）で作られていた焼き抜きかまぼこである。調味した塩すり身を金属製の角型容器に入れ、焼き抜いた製品である。四角い平板状で、中央に円形の焼き色をつけている（**写真１**）。食感は強い弾力を特徴とする。古くから紀州沿岸で漁獲された新鮮な工ソなどを主原料として製造されていたが、現在でも、紀伊水道で漁獲されるエソやグチなどが主原料として用いられることが多い。

（なんば焼の名の由来については、本文末尾のコラムをご参照ください。）



写真１　なんば焼　（提供：全国蒲鉾水産加工業協同組合連合会）

主な生産地

和歌山県田辺市およびその近郊

生産と消費の動向

なんば焼の詳しい生産統計がないので、生産量は不明である。もともと田辺地域のみで販売・消費されていたが、紀伊田辺や白浜などの観光地で、土産物として販売されるようになり、現在では京阪神や関東のデパート、高級食材を販売する量販店などでも販売されている。

原料選択のポイント

もともとは地元で漁獲されるエソ、トビウオ、ムツ、イサキ、メジナ（グレ）やアイゴなどの魚種を季節によって使い分けて原料としていた。近年では紀伊水道で漁獲されたエソを中心に、近海や東シナ海で漁獲されるグチを主原料としてきたが、現在は、近海の漁獲量が減少していることから、海外からの輸入原料や冷凍すり身も多く使われるようになった。

なんば焼の食感は、足（弾力）の強さと粘りを最大の特徴としている。このため、鮮度低下に伴って極端にゲル形成能が低下するエソを原料とする場合は、高鮮度のものを用いることが重要である。

加工技術

魚肉すり身の調製方法やすり身の擂潰（らいかい）方法については、他のかまぼこの製法と変わりがない。大きく異なる点は、金属製の角型容器に調味したすり身を入れた後、焼き抜く手法である。

製造工程の概略



加工の実際

- **原料**　鮮魚を用いる場合は冷水で洗浄した後、頭部、内臓、鱗を除去し採肉機で採肉する。冷凍すり身は中心温度が－5℃前後になるまで解凍して使用する。

- **水晒し**　魚肉を３～５倍量の冷水で２～３回水晒しする。

- **脱水**　魚肉の水分量が80%前後になるように脱水機で脱水する。

- **擂潰**　ミートチョッパーで挽肉にした後、擂潰機で空ずりし、続いて2.5～3.0%の塩を加えて塩ずりする。さらに調味料等を加えて本ずりして調味すり身とする。従来はでん粉をほとんど使わずに作られていたが、現在では使用されるようになっている。

- **成形**　調味すり身を金属の角型容器に入れて30～40℃で坐らせた後、電熱焼炉で25～30分間焙焼する。

加工に用いる機器等

採肉機、脱水機、ミートチョッパー、擂潰機（石臼、サイレントカッター、ボールカッター）　電気焼炉、包装機、真空包装機

品質管理のポイント

なんば焼の最大の特徴は、弾力と粘りのある食感である。このため、原料の鮮度、塩ずりや坐りの温度と時間の管理がきわめて重要である。

製品の形態

製品の形態は、正方形の平板で、上面の中央部が盛り上げてあり、その頂点に日の丸状の焼き色がつけてある。１枚の重量は、 250～350ｇ程度であるが、近年では消費者ニーズの変化から150ｇ前後のものも販売している。

表示については、加工食品の品質表示基準に係る表示はもちろんのこと、原材料の一部に卵白や調味料を使うことから、アレルギー物質表示が必要となる。

包装および保管方法

店頭で販売する場合には、簡易（含気）包装で販売されることもあるが、量販店などで販売する場合には、脱気包装した後に二次殺菌して出荷されることが多い。ねり製品の中では比較的日持ちする製品で、10℃以下の保存での賞味期限は、簡易包装では製造日から2週間程度、脱気包装製品では20日間程度である。

調理方法および食べ方

１cm程度の厚さに切ってそのまま食べても、魚のほどよい香りとうま味があって美味であるが、わさび醤油で食べてもおいしい。

コラム

「なんば焼の名の由来」

なんば焼は、江戸時代の文化文政の頃より、紀伊田辺（現在の和歌山県田辺市付近）で作られていたとされている。この名の由来には諸説があり、鉄なべを使って焼く製法が南蛮国より渡来したからとか、南浦寿翁（なんぽじゅおう）という僧侶が創製したものであるからその名をとって南浦（なんぽ）焼きといわれ、これが後に訛ってなんば焼となったとか、また、上部表面につけた日の丸状の焼き色が、南蛮きび（トウモロコシ）の実の色に似ていたからだともいわれているが、真偽の程は定かではない。

（著者：元全国蒲鉾水産加工業協同組合連合会蒲鉾研究所　石内 幸典）

最終更新日:2026.02.12

© 2025 suisankakohin.zukan