



遠浅の広がる三河湾。

太陽の光が海の隅々まで届き、

魚たちの餌となる生き物を育むため、

三河湾とその沖は、豊饒な漁場となっています。

蒲郡

クセのない正統派白身

白ムツ

そんな太陽の恩恵を受けて育った蒲郡白ムツ。

端正な白身はクセがなく、食べやすいため、

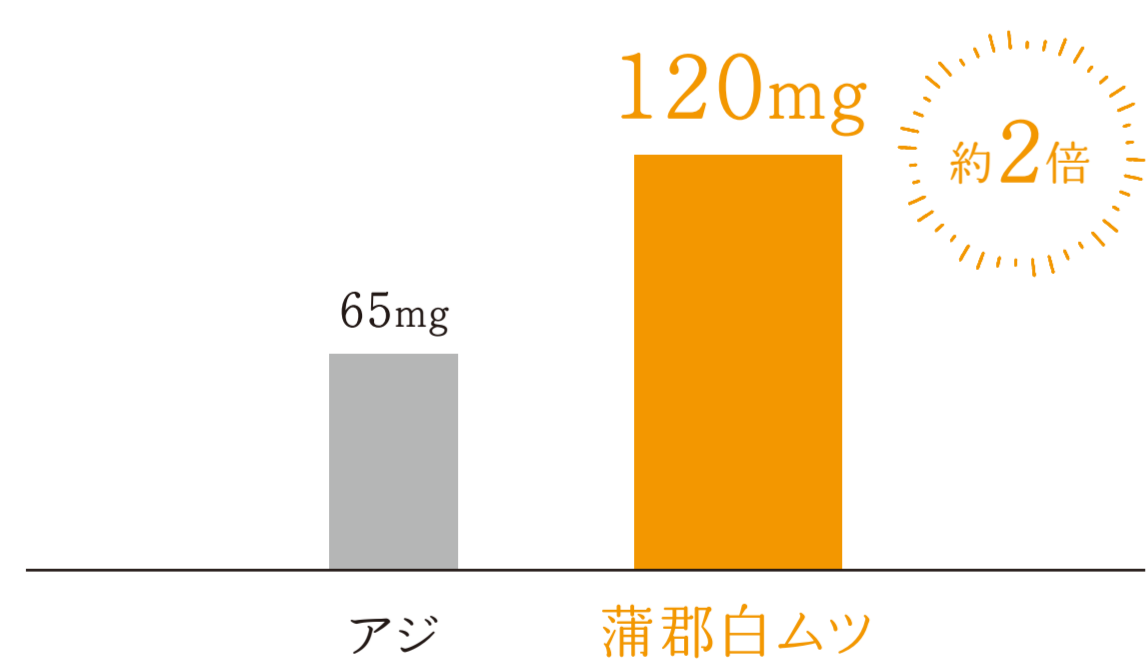
ご飯のおかずとしても、お酒の肴としても、

お楽しみいただけます。



## タウリンがアジの約2倍

【タウリン】の含有量(mg/100g)\*



「タウリン」は、  
血圧上昇を抑えるなどの  
機能が知られています。

三重大学  
大学院生物資源学研究科  
准教授 柴田 敏行



\*蒲郡白ムツは、一般財団法人日本食品分析センター調べ(2017年)。  
アジは、生物研究社「海洋と生物179」(Vol.30-No.6)の「メヒカリの栄養(水野時子)」より引用。

「がまごおり撰魚」とは、蒲郡で水揚げされた魚種のなかでも、特に優れた成分をもつことが認められた証です。

蒲郡白ムツの開き干し



料理・撮影協力: 割烹料亭 千賀



まちじゅう食べる水族館とは、  
蒲郡市内の飲食店、宿泊等の  
各施設が、各々の言葉  
で魚を紹介するプロ  
ジェクトです。



太陽と海の恵

がまごおり

撰魚

GAMAGORI  
SENGYO

遠浅の広がる三河湾。

太陽の光が海の隅々まで届き、

魚たちの餌となる生き物を育むため、

三河湾とその沖は、豊饒な漁場となっています。

蒲郡

クセのない正統派白身

白ムツ

そんな太陽の恩恵を受けて育った蒲郡白ムツ。

端正な白身はクセがなく、食べやすいため、

ご飯のおかずとしても、お酒の肴としても、

お楽しみいただけます。



うまさの秘密は裏面をご覧ください。

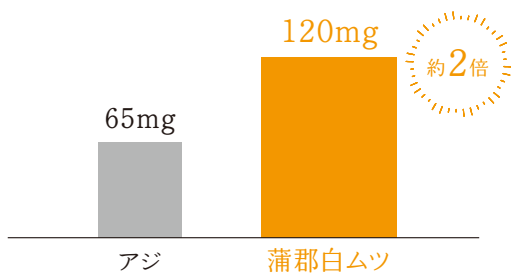
タウリンがアジの約2倍

# 蒲郡白ムツ

遠浅の広がる三河湾は、海の隅々まで太陽の光が差し込むため、魚たちの餌となる生き物を豊富に育みます。そんな、全国でも有数な漁場の三河湾沖で獲れる蒲郡白ムツは、体の調子を整えるといわれる「タウリン」がアジに比べて約2倍。「タウリン」は、抗疲労につながる機能が知られています。



【タウリン】の含有量(mg/100g)\*



「タウリン」は、血圧上昇を抑えるなどの機能が知られています。

遊離アミノ酸であるタウリンは、血圧の正常化や、肝臓の働きを促すなど、体の調子を整えるための生理機能が知られています。

三重大学 大学院生物資源学研究所 准教授 柴田 敏行



\*蒲郡白ムツは、一般財団法人日本食品分析センター調べ(2017年)。アジは、生物研究社「海洋と生物179」(Vol.30-No.6)「メヒカリの栄養(水野時子)」より引用。

## 蒲郡白ムツの開き干し

ご飯にも、お酒にも合うクセのない味。

端正な白身が特徴の蒲郡白ムツは、クセがなく食べやすいため、ご飯のおかずにも、お酒の肴としても楽しめる開き干しに。余分な水分を落とすことで、素材の味をぎゅっと濃縮します。

### 調理レシピ

①背開きにして塩水で洗い、風通しのよい日陰に広げて干す。②表面に膜が張るくらいまでが生干しの目安。③食べる際は、表面にほどよい焼き色が付くまで焼くことでおいしくいただける。

料理・撮影協力: 割烹料亭 千賀



まちじゅう食べる水族館とは、蒲郡市内の飲食店、宿泊等の各施設が、各々の言葉で魚を紹介するプロジェクトです。蒲郡に来ることで、みんなが魚を好きになる。そんな想いのもと、地域一丸となって取り組んでいます。

まちじゅう食べる水族館 🔍



「がまごおり撰魚」とは、蒲郡で水揚げされた魚種のなかでも、特に優れた成分をもつことが認められた証です。