

【100の素材と日本料理 上巻 魚・珍味篇】目次

凡例

第1章 海魚・川魚

1 あいなめの知識

基本料理

鮎魚女そぎ造り・細造り

鮎魚女葛叩き

鮎魚女焼き霜造り

鮎魚女木の芽焼き

応用料理集

2 あこうの知識

基本料理

あこう造り

あこう潮椀

あこう小鍋仕立て

応用料理集

3 あじの知識

基本料理

鱻銀皮造り

鱻叩き

小鱻南蛮漬け

鱻の干もの

鱻塩焼き

鱻から揚げ

鱻の棒ずし

応用料理集

4 あなごの知識

基本料理

鳴門穴子
焼き穴子
穴子天ぷら
穴子の棒ずし
穴子黄身煮
・桂瓜穴子尾州巻き 下巻しろうり参照
応用料理集

5 あまだいの知識

基本料理

甘鯛松笠造り
白甘鯛昆布締め
甘鯛若狭焼き・興津干姿焼き
甘鯛西京焼き
甘鯛の煮麺仕立て
甘鯛みぞれ椀

応用料理集

6 あゆの知識

基本料理

若鮎塩焼き・子持ち鮎塩焼き
鮎洗い
鮎背越し
鮎田楽
鮎の一夜干し
鮎の骨煎餅
鮎ずし
鮎ご飯
子持ち鮎有馬煮
子持ち鮎煮浸し

応用料理集

7 いわしの知識

基本料理

鰯細造り・鰯とするめ烏賊二種盛り

鰯叩き
鰯つみれ鍋
鰯梅煮
鰯蒲焼き
応用料理集

8 うなぎの知識

基本料理

鰻白焼き

うざく

う巻き

鰻の姿ずし

鰻茶漬け

鰻八幡巻き

・冬瓜博多鰻吉野煮 下巻とうがん参照

応用料理集

9 おこぜの知識

基本料理

虎魚から揚げ・姿揚げ

虎魚煮ごり

虎魚薄造り

虎魚すっぽん仕立て

虎魚肝和え

虎魚味噌汁

応用料理集

10 かつおの知識

基本料理

鰹叩き

鰹銀皮造り・鰹平造り

鰹にんにく漬け

鰹角煮

鰹時雨煮

鰹すり流し

なまりと蒨の煮もの
酒盜
・梅鯉 下巻うめ参照
応用料理集

1 1 かますの知識

基礎料理
鯿雲丹焼き
鯿棒棒ずし
応用料理集

1 2 かれの知識

基本料理
鯿薄造り
鯿煮付け
鯿縁側の唐揚げ
柳鯿一夜干し
応用料理集

1 3 きすの知識

基本料理
鱈の昆布締め
・鱈の海胆焼き 上巻うに参照
応用料理集

1 4 こちの知識

基本料理
鱈洗い
鱈冷やしちり
鱈あら煮
応用料理集

1 5 ごりの知識

基本料理
石伏魚唐揚げ

石伏魚諸味煮
応用料理集

16 さけの知識

基本料理

鮭かま塩焼き・塩焼き（切り身）

鮭照り焼き

鮭粕汁

ルイベ

鮭ご飯

めふん和え

いくら醤油漬け・いくら塩漬け

いくらご飯

・鮭の白菜巻き 下巻はくさい参照

応用料理集

17 さばの知識

基本料理

鯖塩焼き

関鯖刺身

締め鯖

船場汁

鯖味噌煮

棒ずし

応用料理集

18 さよりの知識

基本料理

細魚細造り・藤造り

細魚手綱ずし

応用料理集

19 しらうおの知識

基本料理

白魚しんじょう

白魚とみる貝の梅酢
白魚の白扇揚げ
白魚の玉締め
白魚の紅梅煮
白魚木の芽焼き
応用料理集

2 0 すずきの知識

基本料理

鱸の奉書焼き
鱸洗い
鱸潮汁
鱸筒切り木の芽焼き
応用料理集

2 1 たいの知識

基本知識

鯛昆布締め平造り・細造り
鯛松皮造り
鯛潮汁
鯛姿焼き
鯛の兜木の芽焼き
鯛骨蒸し
鯛飯
鯛の兜煮
鯛の白子湯引き
鯛の子塩辛
鯛の子煮もの
・鯛かぶら 下巻かぶ参照
・鯛の卵の花まぶし 下巻とうふ参照
応用料理集

2 2 たちうおの知識

基本料理

太刀魚の棒造り

太刀魚塩焼き
太刀魚みりん干し
応用料理集

2 3 はもの知識

基本料理

ぼたん鱧
鱧切り落とし
鱧ぞうめん
鱧ずし
鱧落とし
・鱧松椀 下巻まつたけ参照

応用料理集

2 4 ひらめの知識

基本料理

平目そぎ造り・薄造り
平目昆布締め・昆布締め酢の物
平目細造り肝和え
平目信州蒸し
平目縁側煮付け

応用料理集

2 5 ふぐの知識

基本料理

ふぐ薄造り
煮ごり
ふぐ唐揚げ

応用料理集

2 6 ぶりの知識

基本料理

鰯かま塩焼き・塩焼き（切り身）
鰯一文字造り・銀皮造り
塩鰯

鰯照り焼き

- ・かぶら鮓 下巻かぶ参照
- ・鰯大根 下巻だいこん参照

応用料理集

27 まぐろの知識

基本料理

鮪そぎ造り・二枚落とし

鮪湯霜造り

鮪山かけ

づけ丼

かじき鮪の照り焼き

まかじきねぎま汁

- ・ねぎま 下巻ねぎ参照

応用料理集

28 まなかつおの知識

基本料理

骨煎餅

鯧幽庵焼き・西京焼き

応用料理集

第2章 貝類

29 あかがいの知識

基本料理

赤貝の造り三種

赤貝のてっばい

応用料理集

30 あさりの知識

基本料理

深川めし

浅蜷の味噌汁

浅蜷の時雨煮
浅蜷酒蒸し
応用料理集

3 1 あわびの知識・3 2 とこぶしの知識

基本料理

水貝・鮑平造り
鮑酒蒸し
鮑葛叩き
鮑花林糖揚げ
鮑とろろ汁
鮑たれ焼き
常節旨煮
応用料理集

3 3 かきの知識

基本料理

牡蠣土手鍋
牡蠣しんじょう
牡蠣飯
応用料理集

3 4 さざえの知識

基本料理

さざえの壺焼き
姫さざえ柔らか煮
応用料理集

3 5 しじみに知識

基本料理

しじみ汁
しじみご飯
応用料理集

3 6 とりがいの知識・3 7 みるがいの知識

基本料理

鳥貝の刺身

みる貝の刺身

・白魚とみる貝の梅酢 上巻しらうお参照

応用料理集

38 はまぐりの知識

基本料理

蛤しんじょう

焼き蛤

蛤潮汁

応用料理集

39 ほたてがいの知識

基本料理

帆立貝焼き霜造り

帆立貝つけ焼き

応用料理集

第3章 珍味・いか・たこ・甲殻類

40 あんきもの知識

基本料理

鮫肝の酢のもの

鮫肝豆腐

鮫鱈の共酢和え

応用料理集

41 いかの知識

基本料理

烏賊の造り七種

烏賊の黄金焼き

烏賊の塩辛

烏賊と大根の白煮

烏賊めし
応用料理集

4 2 いせえびの知識

基本料理

伊勢海老姿造り
伊勢海老洗い
伊勢海老鬼殻焼き
伊勢海老しんじょう
伊勢海老具足煮

応用料理集

4 3 うにの知識

基本料理

蒸し海胆
鱧の海胆焼き・車海老の海胆焼き
海胆の殻焼き

応用料理集

4 4 からすみの知識

基本料理

豆腐味噌漬け唐墨まぶし
唐墨大根

応用料理集

4 5 くもこの知識

基本料理

白子の酢のもの
雲子豆腐
白子入り茶碗蒸し

応用料理集

4 6 くるまえびの知識

基本料理

車海老刺身・湯引き・洗い

- 才巻の天ぷら
- 車海老鬼殻焼き
- 海老しんじょう椀
- 車海老黄身焼き
- 芝海老かき揚げ
 - ・車海老の海胆焼き 上巻うに参照
 - ・海老芋の海老射込み 下巻えびいも参照
 - ・堀川牛蒡の海老射込み 下巻牛蒡参照

応用料理集

4 7 すっぽん知識

基本料理

- 丸鍋
- 丸豆腐
- すっぽんの鼈甲煮
- すっぽんの煮ごり

応用料理集

4 8 ずわいがにの知識

基本料理

- 蟹しゃぶ・蟹雑炊
- ずわい蟹霜降り
- 蟹酢
- 蟹飯

応用料理集

4 9 たこの知識

基本料理

- 蛸の柔らか煮
- 蛸の湯引き
- 蛸煎餅
- 蛸めし
- 蛸酢

応用料理集

50 なまこの知識

基本料理

茶ぶり海鼠

きんこ印籠煮

このわた蒸し

応用料理集

用語解説

掲載店一覧