

【八十八種 魚を使いつくす】目次

魚をおろす —— 無駄なく使うために

四十四種 春夏秋冬

1 月 睦月

虎魚 おこぜ

解説

割鮮

虎魚の握ね造り

汁

虎魚の白味噌仕立て

炊合せ

虎魚の和蘭陀煮

吸物

虎魚の丸吸仕立

鯉 こい

解説

炊き菜

寒鯉の大豆煮込み

鮓

寒鯉の起こし鮓

焼物

寒鯉の根深焼

割鮮

寒鯉佐良妥造り

皮剥魚 かわはぎ

解説

割鮮

皮剥魚細造り

割鮮

皮剥魚の湯引き洗い

煮魚

丸剥魚の共腸挟み

蒸物

皮剥魚の淡塩

蛤 はまぐり

解説

割鮮

蛤の湯引造り 紐、肝の布巻

湯菜

蛤の潮なべ

焼物

蛤と筍の蓴味噌焼

蛤の長芋胡麻味噌焼

酒肴

豆腐昆布だし煮 蛤時雨煮添え

2月 如月

鰾 ひらめ

解説

揚物

寒鰾と葱の燻豚揚げ

焼物

鰾縁笹の塩焼

揚物

寒鮮縁笹の竜田揚げ

割鮮

寒鰯の佐良妥造り

赤舌鰯 あかしたびらめ

解説

焼物

赤舌鰯の魚醤干し焼

吸物

赤舌鰯の丸吸風

炊き菜

赤舌鰯の葡萄酒煮凝り

割鮮

赤舌鰯の納豆和え

鰯 さわら

解説

割線

燻し鰯切重ね

焼肴

鰯と椎茸の塩笹焼

鮓

鰯の銀皮棒鮓

蒸物

鰯の道明寺蒸し

白魚 しらうお

解説

揚物

白魚の三色揚げ

焼物

白魚寒竹の柚子味噌焼

酢の物

梅煮薯蕷ずし

白煮黄味ずし

温菜

白魚玉とじ鍋

3月 弥生

細魚 さより

解説

焼肴

細魚雲丹干しと明太子干し焼

割鮮

細魚鳴門造り

酢の物

細魚若布の博多

酢の物

細魚の酢引造り

煮物

結び細魚と菜種

目張 めばる

解説

焼物

目張の野蒜焼

鮓

目張の蒚散らし

煮物

黒目張潮煮

割鮮

目張焦皮造り

焼肴

黒目張蒟味噌焼

菱蟹 ひしがに

解説

割鮮

菱蟹水かきの洗い

酢の物

蒸し蟹の錦巻

温鮓

菱蟹の温鮓

煮物

蟹の共子寄せ

浅蛸 あさり

解説

佐良妥

浅蛸酒煎り

羹

浅蛸の湯葉巻糝薯

焼物

浅蛸の木の芽愚良丹

鮓

浅蛸の八尾鮓

4月 卯月

桜鯛 さくらだい

解説

割鮮

桜鯛の桜花造り

焼物

桜鯛と白子の木の芽田楽

蒸物

桜鯛の桜蒸し

冷菜

桜鯛の子宝煮凝り

炊合せ

桜鯛はらら子寄せ

連呼鯛 れんこだい

解説

揚物

連呼鯛八尾巻揚げ

焼物

洋才祝鯛

焼物

連呼鯛の共酒盗焼

煮物椀

連呼鯛布豆腐蒸し

焼物

連呼鯛の卵巻織

鯪 にべ

解説

割鮮

鯪の飯漬造り

焼物

鯪の洋才菜種焼

揚物

鯧の巻織揚げ

焼肴

鯧の和蘭陀芥子焼

的鯛 まとだい

解説

割鮮

的鯛の造り 崩し身の煮凝り

羹

的鯛玉子寄せ豆腐

焼物

的鯛の肝垂れ焼

蒸物

的鯛の肝豆腐蒸し

5月 皐月

鮎並 あいなめ

解説

割鮮

鮎並の焦皮造り、洗い

煮物

鮎並の花山椒煮

揚物

鮎並新緑揚 中骨の空揚げ

汁

鮎並葛叩き

焼物

鮎並山椒焼

鯔 あじ

解説

酒肴

鰺卵の花まぶし

揚物

鰺共舍利揚げ

割鮮

鰺角造りと捏ね造り

佐良妥

中鰺の真理寧

焼物

中鰺二味魚でん

目板鰈 めいたがれい

解説

割鮮

目板鰈の洗い

炊合せ

活目板鰈の揚げ煮八角風味

焼物

目板鰈風干し乾酪焼

鰯骨カリカリ焙り

揚物

目板鰈の香り揚げ

蛸 たこ

解説

炊合せ

蛸の小倉煮

割鮮

蛸の酒縮佐良妥

酒肴

蛸のさくら炒り

小鉢

蛸の胴袋細切り 蛸わた

6月 水無月

鯛 こち

解説

酢の物

鯛と蓴菜の吸い酢

吸物

鯛茶巾丸吸風

割鮮

鯛薄造り

軽飯

鯛のおぼろ飯共汁かけ

鯛 いわし

解説

焼物

中羽鯛の共醤油干し

煮鱈

小鯛 酢煮鱈と空煮鱈

酢の物

鯛加良押し鱈

御飯

鯛生姜めし吸出汁かけ

鱈 きす

解説

焼物

孕み鱧の乾酪焼

煮物椀

鱧の火取り

鱠

鱧と胡瓜の山芋鮓

割鮮

鱧の覚弥鱠

穴子 あなご

解説

炊合せ

穴子博多流し

焼物

穴子の捻子焼

割鮮

活穴子の焙焦造りと湯洗い

飯

穴子笹巻飯

7月 文月

鰻 はも

解説

割鮮

鰻の白子造りと縮造り

焼物

鰻の枝豆焼

小鍋

鰻腸と跳荒の玉子とじ

炊合せ

鰻子高野凝き銀鮎かけ

黒鯛 くろだい

解説

割鮮

黒鯛の湯洗い

蒸物

黒鯛兜の焦し蒸し

酢の物

黒鯛の木犀油焦し

焼物

海津の一夜干し

煮魚

黒鯛の粗炊き異風

鮎 あゆ

解説

酢の物

鮎の蓼酢鱠

冷や麵

鮎の焼浸し

焼物

鮎饅頭の葦焼

揚物

鮎の蓼衣揚げ 骨せんべい

真子鰈 まこがれい

解説

割鮮

鰈の洗い二様

焼物

鰯の山椒幽庵焼

揚げ物

鰯の洋風味黄身揚げ

煮付

子持ち鰯の梅煮

8月 葉月

白州海老 しらさえび

解説

揚げ物

白州海老の燻豚巻揚げ

焼物

白州海老の雲丹乾酪焼

割鮮

白州海老湯引き

焼物

白州海老梅たれ焼き

酢肴

白州海老伸茹黄味酢がけ

鰻 ふか

解説

冷し炊き菜

鰻の煮凝り 八角風味

割鮮

鰻の湯引き造り

焼肴

鰻の二色惣須焼

焼肴

鰻の南蛮田楽

鱸 すずき

解説

椀物

鱸潮仕立

焼物

鱸の枝豆垂れ焼

蒸物

双身鱸の唐黍蒸し

割鮮

鱸の小削ぎ洗い

車海老 くるまえび

解説

焼物

車海老唐墨焼

割鮮

車海老湯引き造り

揚物

車海老双身揚げ

煮物

車海老の霰煮

蛸 あわび

解説

割鮮

蛸の切重ね貝盛

冷菜

蛸の啜り鱈

炊合せ

蛸大豆煮

焼物

蛸の牛酪醤油焼

酒肴

二色煎り蛸

赤魚 あこう

解説

蒸物

赤魚半助香油蒸し

割鮮

赤魚の縮造りと細造り

炊合せ

赤魚の梅煮付

9月 長月

赤鱸 あかえい

解説

割鮮

赤鱸の湯引きと肝

焼物

赤鱸胡麻油焼き

炊合せ

赤鱸すっぽん煮

魚是 うおぜ

解説

割鮮

魚是の養老鱠

炊合せ

煮魚

魚是と小芋の揚煮に枝豆餡

蒸物

魚是の豆腐蒸し

焼物

魚是の咬●（辺：口 つくり：留）吧焼

10 月 神無月

秋鱧 あきはも

解説

割鮮

秋鱧の覚弥鱠

秋鱧のざくところがけ

啜鱠

秋鱧の啜り鱠

酒菜

鱧皮の雲丹焼

貝割菜の鱧身浸し

鋤き骨せんべい

焼物

鱧の共白子焼

飯

焼鰻御飯

鰻 はまち

解説

煮魚

鰻白味噌煮 実山椒風味

焼物

鰻、松茸の杉板焼

割鮮

鰯の剥ぎ造り柚子釜入り

吸物

鰯の葛叩き

落鮎 おちあゆ

解説

炊合せ

孕み鮎姿煮蓼味噌がけ

炊合せ

孕み鮎たつの煮

焼物

落鮎うるか干し

落鮎和多味噌焼

酒肴

鮎の菊花膾

太刀魚 たちうお

解説

割鮮

太刀魚山海造り

煮魚

太刀魚の菜巻揚げ

鮓

太刀魚市松筍鮓

焼物

浜松焼 太刀魚と松茸

11 月 霜月

鰯 まながつお

解説

炊合せ

鯧皮難波巻共地餡

焼物

鯧の巻織焼

割鮮

鯧の柚子香造り

焼物

鯧のいちよう焼、目簾風味

揚物

鯧から揚げの五色餡かけ

鯨 このしろ

解説

焼物

源平魚でん

大阪鯨

鯨の小船ずし

酒肴鯨

鯨と蕪の糍熟れ

洋風鯨

鯨と野菜の真理寧

紅葉鯛 みみじだい

解説

割鮮

紅葉鯛切重ね 松皮造り

割鮮

可留破緒仕立 鯛薄造りと針野菜

焼物

鯛の和多酒盗焼

煮物

異風鯛燕

12 月 師走

鯖 さば

解説

焼肴

鯖の加良漬 泡雪焼

羹

鯖の雲碗

炊き菜

鯖の柚子味噌煮

鱠

鯖の醋加良銚込み 桂巻き

甘鯛 あまだい

解説

蒸物

焼甘鯛豆乳蒸し

焼物

白甘鯛唐墨焼

割鮮

甘鯛醋引白霜昆布

煮物

久留美甘鯛燕みぞれ汁

牡蠣 かき

解説

真理寧仕立

粒牡蛎と和蘭陀三つ葉の太白胡麻油醤油漬

Copyright © 株式会社柴田書店

東京都文京区湯島 3-26-9 イヤサカビル 3・4 階

揚げ物

牡蛎の餅粉揚げ

焼物

牡蛎三色殻焼

共酒盗焼 柚子味噌焼 葱醤油焼

炊合せ

牡蛎みどり煮

赤貝 あかがい

解説

炊合せ

赤貝の難波煮

割鮮

赤貝鹿の子造り

鮓

赤貝柚子香茶巾

酢の物

赤貝の薯蕷叩き

四十四種 その他の魚 レシピ集

平貝 たいらがい

桜鱒 さくらます

蝶螺 さざえ

飛魚 とびうお

鳥貝 とりがい

蜆 しじみ

諸子 もろこ

鮒 ふな

玉筋魚 いかなご

石鯛 いしだい

鼠鱖 ねずみごち

琵琶鱒 びわます

平鰯 ひらまさ
胡蘆鯛と胡椒鯛 ころだいとこしょうだい
間八 かんぱち
岩魚 いwana
戴帽魚 やがら
泥鰌 どじょう
跳荒 とびあら
縞鰻 しまあじ
鰻 うなぎ
聘平嶺 ペへれい
津蟹 つがに
隈海老 くまえび
秋刀魚 さんま
鰯 かます
遍羅 べら
太刀烏賊 あおりいか
鰻 ぼら
魴鰯 ほうぼう
魷 はぜ
飯蛸 いいだこ
金線魚 いとより
海鼠 なまこ
柊 ひいらぎ・天竺鯛 てんじくだい（ねぶと）
比売知 ひめじ・公魚 わかさぎ
海松貝 みるがい・北寄貝 ほっきがい
喜知次 きちじ・喉黒 のどくろ

調理担当者紹介

索引・付録

あとがき

奥付