

広島・宮島の 旨い、もん紹介

広島

広島お好み焼き

広島人のソウルフードでご当地グルメの代表！

広島ご当地グルメと言えばなんといってもお好み焼き。広島のお好み焼きは、関西のお好み焼きのように具と生地を混ぜ合わせてから焼くとは違い、薄いクレープ状の生地を焼き、その上に具をのせて層を作っていく「重ね焼き」が特徴です。具材には山盛りのキャベツに豚肉、もやし、玉子などに麺を合わせるヘルシー食材です。店舗数は広島県内に約2,000店舗あると言われ、プロが焼くことでお店ごとに個性が生まれ、それぞれの味を楽しむことができます。

広島県民の定番は
「肉玉そば(にくたまそば)」

地元広島人がお好み焼きを食べるとき、ほとんどの人が「肉玉そばちよーだい!」とメニューも見ることなく頼みます。この肉玉そばとは、豚肉・たまご・そばが入っているスタンダードなお好み焼きを指していて、この頼み方をするかしないかで地元客かどうか分かってしまうほどです。

昼食でも
夕食でも
食べるよ。



耳寄り情報!

トッピングを組み合わせることでさらに美味しくなる

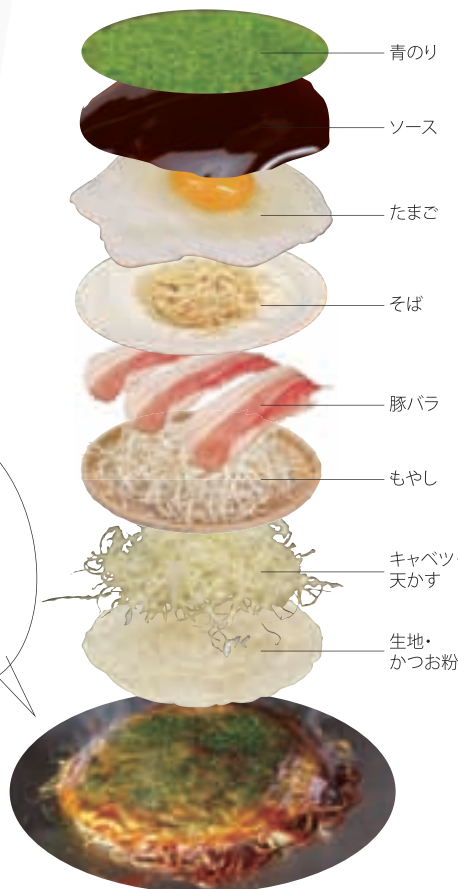
「肉玉そば」に自分の好みのトッピングを入れてさらに美味しく出来るのが「お好み焼き」と言われる所以です。何度か試して好みを探す楽しさもありますが、何度も食べるチャンスがない観光者のために、お店があらかじめトッピングを組み合わせたスペシャルメニューを用意してくれています。広島お好み焼き初心者の方はそれを頼めば間違いなしです。



主なトッピングの種類

●ねぎ ●もち ●大葉 ●チーズ ●牡蠣 ●イカ天 ●生イカ ●生エビ など

基本の「肉玉そば」は
これだけの材料が
入っています!



食べ方はヘラか箸の2通り

基本はヘラを使って、鉄板の上で熱々のお好み焼を「ふ〜ふ〜」いいながら食べます。熱すぎるのが苦手、ヘラで食べるのは難しい…という方は、注文時に「お皿で」と言えばお好み焼がお皿につけてきますし、箸も普通に置いてあるので大丈夫です。



「どろっ」が特徴のソース

お好み焼きには欠かせない大切な味のお好みソース。その最大の特徴は「どろみ」です。お好み焼きから流れ落ちにくく、具材ともよく絡むので相性は抜群!何種類もの香辛料と果物、野菜から作られ、栄養価も高いヘルシーソースです。

お店選びの豆知識!

広島のお好み焼きは個性豊かな店舗が集めたテーマパーク型と単独店舗型があります

●テーマパーク型とは…
ビルのワンフロアに10店舗以上が集合して、観光客や地元客でにぎわいを見ている場所。代表的なものとして「お好み村」(広島市中心部)や「ひろしまお好み物語駅前ひろば」(JR広島駅近隣)などがあります。「美味しいお好み焼きを食べてみたいけど…どこがよいかわからない」という方はテーマパーク型のお店をお勧めします。
●単独店舗型とは…
店独自の味を日々探求し、地元住民に愛される個性豊かなお好み焼きが特徴です。「地元の常連客が通うお店で食べてみたい」という方は単独店舗型のお店をお勧めします。

広島

宮島

牡蠣

広島のお店紹介 ▶ P.15~

宮島のお店紹介 ▶ P.21~

広島グルメと言えば牡蠣

厳しい出荷基準を乗り越えて

「海のミルク」と呼ばれる広島名産の牡蠣は全国生産量の約6割を占めています。広島の牡蠣は、身がプリプリして濃厚で上品な潮の香りが特徴です。また、広島県産牡蠣の出荷基準は全国一の厳しさです。県が独自に条例を定めるなど、食品衛生上の安全対策には特に力をいれています。この厳しさが安全で高品質と言われる広島牡蠣の所以です。地元広島では水揚げしてすぐの牡蠣が食べられるので、他県で食べる牡蠣に比べて新鮮で、口の中に旨みが広がりが格別な味わいです。

一番人気は

「殻付き焼き牡蠣」

焼きたての牡蠣は香りと旨味が豊かで、牡蠣本来の美味しさを堪能できる一品です。そのままでも美味しく食べられるほか、ゆずやかぼす、レモンを絞ったり、ポン酢をたらしても美味しくいただけます。溢れ出た牡蠣汁は殻で受け、すすり飲むのもまた美味です。



夏でも生牡蠣が
食べられる
お店もあるよ



個性豊かな牡蠣料理

広島ならではの工夫された一品の数々。
それぞれ違う顔をみせる広島牡蠣。



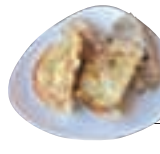
牡蠣の蒸し焼き



牡蠣のオイル漬け



牡蠣のバター焼き



牡蠣 グラタン



生牡蠣



牡蠣飯

広島

宮島

穴子

広島のお店紹介 ▶ P.15~

宮島のお店紹介 ▶ P.23~

瀬戸内の幸の代表格は風味豊で柔らかな口当たり

広島湾に注ぐ中国山地の栄養分を十分に受けて育ち、特に廿日市市大野瀬戸でとれるアナゴは、潮流の速さと良質なえさが多いため、「瀬戸のアナゴ」と称され、人気のブランド穴子です。うなぎの半分程度の脂肪でほどよく脂が乗り、良質でとても柔らかな口当たりが特徴です。広島・宮島のお店では新鮮で美味しい穴子料理が食べられます。郷土料理の「あなご飯」をはじめ、活穴子をお刺身で食べられるお店もあり、この地域でしか味わえない新鮮で旨い本当の穴子を味わえます。



広島名物穴子飯

炭火で焼いた穴子に、お店ごとに工夫された秘伝のタレをつけてご飯に盛るのが穴子飯です。広島ならではの深みのある味わいを楽しんでみてください。

これは食べたい!
活穴子の刺身

穴子は鮮度が命の魚です。活きた穴子をその場でさばくことで刺身として食べることが出来ます。身が引き締まってプリプリの歯ごたえと、深く濃厚な味わいが口の中に広がります。





広島 宮島

瀬戸内の魚介

瀬戸が生み出す自然の恵み

瀬戸内の鮮魚を振る舞う店舗の数々

瀬戸内海は干満の差が大きく潮流が強いため、海底の栄養分が巻き上げられ魚介類の育成を促し豊かな漁場となっています。強い潮流により身が引き締まり、豊富な栄養を蓄え脂がのった魚介。こうした好条件の中で約1000種類の魚介類がいると言われており、瀬戸内海は天然の養殖場と呼ばれています。瀬戸内の新鮮な活魚で賑わう広島には、「瀬戸内料理」として魚料理を振舞うお店が数多く存在します。その日の朝に獲れた鮮魚の刺身や天ぷらなど、ここでしか愉しめない瀬戸内の格別な味をご堪能してみてください。

広島のお店紹介 ▶ P.15~
宮島のお店紹介 ▶ P.23~



あこう
メバル
マアジ
地鰯
オコゼ
皮はぎ
夏が旬の魚

耳寄り情報!

刺身の盛り合わせのこと

地物をメインに提供しているお店では、刺身の盛り合わせに瀬戸内の旬を中心に集めているので、色々な旬魚を楽しめます。また、お店によっては瀬戸内の魚介のみの盛り合わせにできたり、種類をリクエストできる場合もあるので注文時に聞いてみるのもいいかもしれません。



仕入れによって
毎日内容が変わる
お店もあるよ

瀬戸内の幸代表は小いわし



何度か洗うと臭みがとれ、身が引き締まり格別の旨さが引き出されることから、地元では「七度洗うと鯛の味」と言われてきました。小いわしは煮付けや天婦羅も美味しいですが、広島では刺身で頂くことが出来るので、ぜひ試してもらいたい一品です。



瀬戸内の幸 × 洋食で活かされる食材

広島の洋食店の中には、地物食材を活かした料理を提供するお店も多く存在します。調理に手間ひまかけ、素材の美味しさが引き出された瀬戸内の幸を楽しんでみてください。



広島のお店紹介 ▶ P.19

広島

宮島

広島地酒

広島のお店紹介 ▶ P.11~

宮島のお店紹介 ▶ P.23~



広島地酒の
利き酒セットが
あるお店も!

耳寄り情報!

瀬戸内の幸のと相性抜群な広島のお酒

甘口から辛口まで数多くの種類が揃う広島地酒は、瀬戸内の魚料理と良く合います。お酒の知識がなくてもお店の方に聞くとお料理に合う地酒を教えてください。煮物、焼き物、お刺身など合わせお酒によっていっそう美味しく頂けるので気軽に聞いてみるというでしょう。



広島牛

大地の恵みと生産者のこだわりが生み出す至高の味

穏やかな気候と風土に恵まれた広島県北部の中国山地で育った和牛と、神戸牛・松坂牛のルーツとなる但馬牛を配合して生まれたのが広島牛です。筋繊維が細かく無駄な脂肪が少ない肉質で小さなサシが細かく入っています。口に含めばやわらかい舌ざわりと上品な脂肪の香りが溶け合いまろやかさを醸し出し、噛めば噛むほど味を生むコクの深さが特徴です。

広島のお店紹介 ▶ P.20



広島

ハーブ鶏

飼料にハーブを混ぜて飼育した長期無薬鶏で、柔らかい肉質でくさみがなく、高タンパク・低カロリーなお肉です。

広島のお店紹介 ▶ P.20



広島

げんそう

幻霜ポーク

四方を山に囲まれ澄んだ空気ときれいな山水が湧き出す地で、幻霜スペシャルポークが飼育されています。「ライバルは牛肉」と言われるほどの肉質は霜降りで甘みがあり、しっとりしたジューシーな味わいが特徴です。広島で生まれた「霜降り豚」幻霜ポークをご賞味ください。

広島のお店紹介 ▶ P.15~

