

海の恵み



トキシラス 春から初夏にかけてとれるサケを「トキシラス」(時不知)と呼び、脂が乗って美味。秋はアキアジと呼ばれ、漁の最盛期は豪快な水揚げ風景を見ることができ。



サンマ ご存知、秋の味覚を代表する全国区の大衆魚。くしろのものは鮮度と脂乗りがひと味違う。



カキ 厚岸町はカキの産地として有名です。釧路市内や近郊の飲食店のほか、厚岸の「厚岸味覚ターミナルコンキリ」などで食べることができます。



ウニ 浜中町のエソバファンウニは、とても甘くクリーミーな、濃厚な味わいを楽しめます。

ハタハタ クセがなく、旨みたっぷりの白身魚。シンプルに塩焼きはもちろん、煮つけや天ぷら、飯寿司でも美味しくいただけます。



毛ガニ 太平洋沿岸各地で水揚げされる。しっかりした味と身のやわらかさが特徴。



柳だこ 冬に白糖の伝統的な漁法「空釣り縄」で獲られる「柳だこ」は、身が引き締まり、歯ごたえよく、噛めば噛むほど味が出る逸品です。



ホッケ 炉端の超定番メニュー。くしろのホッケは脂が乗ってホクっとした身が最高。豪快に食べるのが通。



シシャモ 北海道の太平洋沿岸でしかとれない貴重な魚。さっと焼いて食べると、香ばしさあふくられた身の食感が最高。

ツブ 真ツブ、灯台ツブ、白ツブなどの種類があります。醤油だれを注ぎ炭火で焼く「焼きツブ」はくしろの繁華街の看板メニュー。コリコリした食感の刺身や、煮ツブも美味しい。

昆布 太平洋沿岸各地で採れ、小型船が一斉に漁に出る様子は、夏の風物詩となっています。

くしろプライド釧魚(せんぎょ)

KUSHIRO



釧路で水揚げされる豊富な水産物の中から、生産者が特に自信と誇りを持ってオススメする「旬」の魚たちを「プライド釧魚(せんぎょ)」としてPRしています。

釧路の魚の「旬」が分かる！
プラ釧カレンダールはこちら



大地の恵み



パプリカ

涼しい釧路で栽培されるパプリカは、甘みが強く歯ごたえある肉厚でとてもみずみずしいです。



メロン

メロン栽培北限の地で育つ摩周メロン。昼夜の温度差が大きいことから糖度が高く、香りと味が自慢です。



ほくげん大根

釧路の冷涼な気候と火山灰地質を生かして生産される、ほくげん大根。肌がきれいで型が良く、水分が多いのが特徴です。



牛肉・豚肉

やわらかでジューシーなブランド肉は、頬が落ちる美味しさです。

山菜
フキ、うど、こごみ、クレソンなど、さまざまな山菜がとれます。

はちみつ
広大な自然を源につくられたはちみつはくしろのチーズと相性抜群。

そば粉
弟子屈町ではそばを栽培していません。毎年夏の終わりに弟子屈町で開催される「そば祭り」では、おそらく日本でいちばん早い新蕎麦が楽しめます。

牧場の恵み・くしろの乳製品



くしろの広大な牧草地で育つ乳牛は、良質なミルクを生産しています。そのミルクから作られるチーズやソフトクリームは、地域ごとにさまざまな個性があって、食べ比べも楽しめます。



ナチュラルチーズ「鶴居」

豊かな大地に恵まれた鶴居村で、新鮮で良質な生乳から作られたおいしいチーズ。



釧路ラーメン

細ちぢれ麺と魚介ベースのスープで、あっさりした醤油味が基本。最近豚骨などこだわりの味を持つ店も急増。食べ比べがおすす
めです!

釧路ラーメンの
麺がなぜ
細いのか?

せつちな
漁師たちに麺の
ゆであげ時間を短くし
て、早く提供するために
細麺になったという、
面白い説があり
ます。

釧路ラーメン「麺遊会」

「釧路ラーメン」を全国へPRするために、様々な企画やイベントを開催し、釧路の街を元気づけようと2003年に、市民とラーメン店主の会「釧路ラーメン「麺遊会」」が結成されました。



鉄板スパゲティ

熱々の鉄板に太麺を載せた、くしろならではのメニュー。洋食の老舗が始め、のれん分けした店舗が引き継いでいます。

そば

釧路市の老舗「東家」で提供されるクロレ入り緑色の麺や、「かしわぬき」(かしわそばから麺を除いた汁物)など、くしろならではの特徴がある。手打ちが自慢のお店も多数。



ザンギとザンタレ

釧路発祥と言われる鶏の唐揚げ「ザンギ」は、まさにくしろのソウルフード。独自のタレをかけて提供される「ザンタレ」のほか、そば粉を使用した「そばザンギ」などの名物も生まれています。

エゾシカ料理

高タンパク・低カロリーのヘルシーな食材・エゾシカ肉は注目です!



●勝手井の手順

- ①和商市場内を歩き、「勝手井」の表示のある鮮魚店をチェック。店舗により扱われる具材の種類やカット方法、タレの漬け込み方などが違うので吟味する。
- ②総菜店でご飯を購入。容れ物のサイズで価格が違うのでよく検討。
- ③鮮魚店で具材を載せてもらい、店ごとに精算する。醤油とわさびを渡される店と、上からわさび醤油をかけてくれる店とがある。
- ④市場中央の食事コーナーで食べる!
- ⑤物足りない方はおかわりをどうぞ。

勝手井

おなじみのイクラ丼やウニ丼のほか、釧路市の和商市場では、どんぶりご飯の上にお好みのネタをのせて作る勝手井が人気です。

和商市場の
ことなら34P!



さんまの刺身

脂の乗った旬のサンマは、焼くのもいいけど、やっぱり刺身が一番!とれたてだからこそ味わえる旨さです。一度食べたらとりこ!



炉端

炉端発祥の地、釧路市。とれたての魚介を炭火で焼き上げるうまさ、香ばしさは格別。お店の人が焼き具合を見してくれるので、一番美味しいタイミングで食べることができます。

クジラ料理

「くしろのまち」釧路。釧路沖で捕鯨が行われる時期には生の鯨肉が店頭に並び、お店では新鮮な鯨肉を使ったおいしいクジラ料理が楽しめます。

くしろのお酒

摩周そば焼酎soba倍

冷涼な気候に育まれた、香り高い摩周そばを原料につくった焼酎。すっきりとした呑み口で人気があります。



しそ焼酎^{たんたかたん}・梅酒^{梅酒}

白糠町銀高地区で栽培される赤紫蘇が原料。2022年に発売30周年を迎え、全国各地で飲まれています。



厚岸ウイスキー

2021年10月に提供を開始した「ブレンドウイスキー 牡蠣の子守唄」は、町内飲食店限定で提供しています。



クロンヌルージュ

野趣あふれる独特の花のような香りと酸味とココウから作られた、フレッシュなブドウの風味を生かしたワインです。

えびいろ^{えびいろ} 葡萄色の日^{よあけ}

弟子屈町で育ったブドウから作られた、フレッシュなブドウの風味を生かしたワインです。



釧路の^{ふくつかさ}地酒^{福司}

大正8年創業、釧路管内唯一の地酒。

福司のことなら35P!