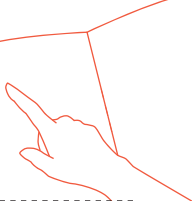


# 鮨店での会話に便利な 文例集

※番号を指で指してお伝え下さい。



- 1 このMAPの店までお願いします。  
このMAPの店までお願いします。
- 2 予約をした( )です。  
予約をした( )です。
- 3 メニューを見せて下さい。  
メニューを見せて下さい。
- 4 飲み物(お茶・水・ビール・日本酒)をお願いします。  
飲み物(お茶・水・ビール・日本酒)をお願いします。
- 5 お勧めメニューは何ですか？  
お勧めメニューは何ですか？
- 6 (メニューを指して)これを( )人前ください。  
(メニューを指して)これを( )人前ください。
- 7 わさび抜きでお願い致します。  
わさび抜きでお願い致します。
- 8 新潟の旬のお寿司を( )カンお願いします。  
新潟の旬のお寿司を( )カンお願いします。
- 9 新潟の日本酒のお勧めは何ですか？  
新潟の日本酒のお勧めは何ですか？
- 10 写真を撮っていただけますか？  
写真を撮っていただけますか？
- 11 お会計をお願いします。  
お会計をお願いします。
- 12 カードの利用は可能ですか？  
カードの利用は可能ですか？
- 13 領収書をお願いします。  
領収書をお願いします。
- 14 タクシーをお願いします。  
タクシーをお願いします。



新潟の

鮨

S U S H I

新潟鮨店ガイドブック



うまさ ぎっしり

新潟





神奈川県立歴史博物館所蔵

## 米も魚も逸品揃いの 新潟で鮭を食す

鮭は、天ぷらやすき焼きと並ぶ日本料理の代表格。  
中でも新潟県には、日本一の食味を誇るコシヒカリと  
鮮度のよい豊富な魚介がある。  
当地を訪れたらぜひ鮭をご賞味いただきたい。

### 江戸の庶民に愛された屋台での立ち食いがルーツ

低カロリー・低脂肪のヘルシーな日本食として世界中に広まっている  
鮭。元々は川魚を塩と米飯で発酵させた保存食品である。江戸時代  
に入ると屋台で立ったまま食べるスタイルが、手軽なファーストフードと  
して江戸で大人気となった。現在も日本人の大好きな食べ物として定  
着している。新潟県は、その鮭に欠かせない「米良し・魚良し」の環境  
に恵まれた地域であり、日本を代表する「鮭どころ」と言える。



### 改良への熱意と環境が育む美味なる米

新潟県は品質も含め日本一の米の産地である。新潟で美味しい米が出来る理由は、冬の雪がもたらす豊富な山水と、穂が実ってから収穫までの昼夜の寒暖の差が美味しい米作りの条件として新潟県は適しているということ。また、全国でもいち早く品種改良に取り組んで来た「こだわりの米作り」があり、そのこだわりの米こそが、日本を代表するブランド・新潟産「コシヒカリ」の原点と言える。



### 荒海が育む極上の魚介 特に白身は絶品揃い



新潟県は、水量豊富なたくさんの川に恵まれ、その多数の川から山の養分が含まれた水が海へと運ばれることによって、良質なプランクトンが発生し海草や貝類が育つ。新潟沖はそれらを餌とする良質な魚が育つため、魚の旨みが明らかに

違うと感じられる。特に新潟県は「白身の国」と言われるほど魚の種類も多く、1年を通して美味な白身魚を味わう事が出来るのも特徴の一つだ。

新潟県は日本列島のほぼ中央に位置し、長い海岸線を持つ漁業県でもある。新潟沖は暖流と寒流が交わる絶好の漁場となっており、四季折々に多彩な魚介が水揚げされる。



# 鮨店の基礎知識

鮨店とはどんなところか。

テーブルに並ぶ鮨店独自のアイテムの使い方など、  
知っておきたい基礎知識を紹介しよう。

## 鮨店の目印

鮨店を探すには、店頭に出されている看板やのれん、新潟の鮨店共通のステッカーを目印にするのが良い。表記はさまざまあるが、鮨店ののれんには「すし」「寿司」「鮨」などの文字が書かれているので探してみよう。



## 座席の種類

ガラスケースに収められたネタの数々や職人が鮨を握る手つきを間近で眺められるカウンター席の他、落ち着いた食事ができる小上がりや座敷があり、お店の人が人数や希望によって案内してくれる。予約する際に希望を伝えると良い。



## 鮨の種類



### 握り (Nigiri)

ひと口サイズに軽く握った酢飯の上に、ワサビをつけた鮨ダネを乗せたもの。通常、握り1つで1貫と数える。



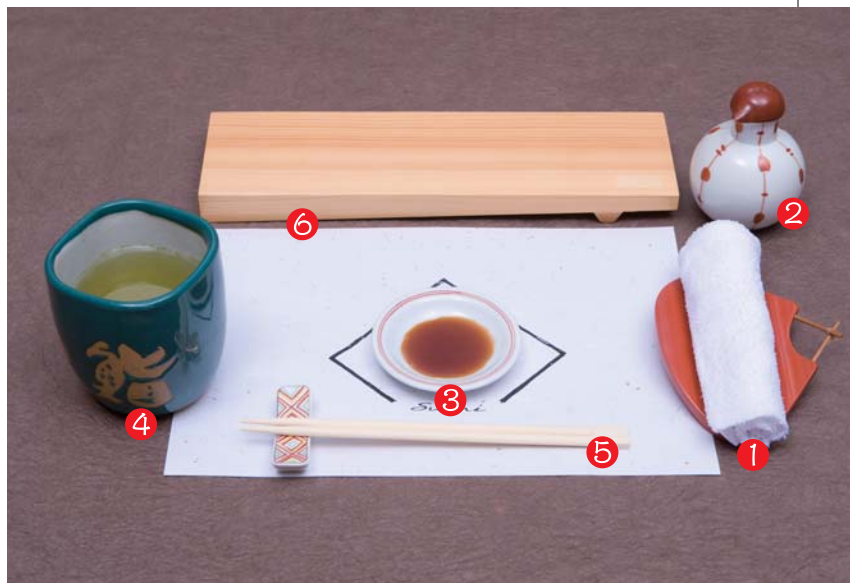
### 軍艦巻 (Gunkanmaki)

ウニやイクラなど形の崩れやすい鮨ダネを握るときスタイル。握った酢飯を海苔で巻き、ワサビをつけてから鮨ダネを乗せる。



### 海苔巻 (Norimaki)

海苔に酢飯を敷き、具を巻いた筒状の鮨。細巻、中巻、太巻、カッパ巻、鉄火巻など大きさや材料によって呼び名が変わる。



### ① お絞り (Oshibori)

手を拭くための濡れたタオル。温かいものや冷たいものがある。寿司を手でつまんで食べる際にも使う。

### ② 醤油さし (Shoyu sashi)

酢飯と鮨ダネを調和させ、素材の持ち味を引き出す調味料「醤油」の容器。適量を醤油皿に注ぎ、足りなくなったら足して使う。

### ③ 醤油皿 (Shoyu zara)

醤油を入れる皿。10cm前後の大きさで、手に持たずに使う。鮨ダネによってはまったく醤油をつけないもの、タレや塩で食べるものもある。

### ④ あがり[お茶] (Agari/Ocha)

香りが少なく鮨ダネの邪魔をしない粉茶に熱湯を注いだもの。濃くて熱いお茶は、舌に残る魚の脂をすっきりさせる効果がある。

### ⑤ 箸 (Hashi)

2本で一对の棒状の食器。割って使う割り箸も多く用いられる。鮨は、箸を使わずに手を使って食べても構わない。

### ⑥ 付け台 (Tsuke dai)

鮨を乗せる木製の器。店によっては皿や葉蘭が使われることもある。



# 注文する

お絞りで手を拭いたら、いよいよ注文だ。  
苦手な鰯ダネやワサビ抜きなどはあらかじめ伝えよう。  
一通り食べ終え、好きなものを追加で握ってもらうのも楽しい。

## メニューから注文する

メニューや店頭のPOP、ポスターには、値段と内容の見当をつけやすいセットメニューが掲載されていることが多い。松・竹・梅や、特上・上・並などランクごとに値段と内容が変わる。



## 好きなネタを頼む

自分のペースでじっくり味わいたい人向き。壁に張られた値段を見たり、店の人に聞いたりしながら注文できる。セットメニューで気に入ったネタを追加で頼むのもよい。

## 本日のお勧めを頼む

その日一番おいしい鰯ダネをバランスよく味わいたい人は職人に任せるのが一番。苦手なネタや予算を伝えておくと安心して楽しめる。

## 注文時に役立つ言葉

「〇〇 wo ikkan kudasai.」

〇〇を一貫ください。

一貫とは鰯1個のこと。何も言わないと2貫で出てくる店もあるので注意しよう。※メニューや壁に書かれている料金は1貫の値段。

「Wasabi wo nuite kudasai.」

わさびを抜いてください。

わさびの鼻に抜ける独特の辛味が苦手な人は、注文時にこう伝えておくと、わさびを付けずに握ってくれる。

# 食べる

鰯が手元にきたら「いただきます」というのが日本のルール。  
鰯は、握りたてが一番おいしい。出されたら間をおかずに食べよう。  
食べ終わるには「ご馳走さま」の一言を。

## 箸で食べる

鰯を横に倒し、鰯ダネと酢飯が離れないようふんわりとはさむ。鰯ダネの先に少量の醤油をつけ、そのまま口に運ぶ。



1 下側の箸は固定し、中指で上側の箸を動かして開閉する



2 鰯を横に倒し、軽く挟んで持ち上げる



3 ネタ側に醤油を少量付けて食べる

## 手で食べる

鰯は手で食べても構わない料理。箸が上手く使えない場合は、手で食べるのが良いだろう。



1 箸と同様に鰯を横に倒し、ネタ側に醤油を少量付けて食べる



2 軍艦巻きは、ネタが零れ落ちないようにネタの下部分に醤油を軽くつけて食べる

## 会 計

食べ終えたらあがり(お茶)で口をさっぱりさせ、お店の人に会計を伝える。席まで伝票を持ってきてくれるので、レジへ持っていく支払いをする。

「Okaikei wo onegai shimasu.」  
(お会計をお願いします。)



# 鮓ネタ一覧

新潟では、四季を通してさまざまなネタが楽しめる。  
赤身、白身、青魚など、個性豊かなネタを存分に味わおう。

このページの写真を指差し、注文してください。  
※写真は一例です。店舗によって薬味などは異なる場合があります。

## ■新潟を代表する旬の鮓ネタ

夏



**メジ鮓**  
MEJIMAGURO [¥300～¥500]

クロマグロの幼魚。身の旨みは別格



秋



**柳鰈**  
ヤナギガレイ [¥300～¥500]

一夜干し焼、刺身・鮓としても美味



冬



**喉黒**  
ノドグロ [¥300～¥500]

新潟を代表する高級魚。脂の乗りが絶品



冬



**寒鰯**  
寒ブリ [¥300～¥500]

新潟の冬と言えば佐渡沖寒ブリ



冬



**南蛮海老**  
南蛮えび [¥300～¥500]

甘みがあり、とろけるような味わい



冬



**槍烏賊**  
ヤリイカ [¥100～¥300]

秋から冬にかけての旬、ヤリイカ



## ■四季の鮓ネタ

春



**目張**  
メバル [¥300～¥500]

刺身に良し、焼魚としても美味

春



**鯛**  
タイ [¥300～¥500]

佐渡沖の鯛は白身魚の代表

夏



**鯧**  
キス [¥300～¥500]

淡泊な味わいが特徴

夏



**鮑**  
アワビ [¥500～¥700]

繊細な甘みが独特で美味

夏



**鰯**  
アジ [¥300～¥500]

日本海のアジはうまみ成分で一杯

夏



**鰻烏賊**  
スルメイカ [¥100～¥300]

独特の旨みと甘みが味わえる

夏



**鱸**  
スズキ [¥300～¥500]

新潟の白身魚の代表格

夏



**穴子**  
穴子 [¥300～¥500]

柔らかな身を甘ダレで食す

夏



**鮪**  
中トロ [¥500～¥1,000]

脂が程よく乗った中トロは人気が高い

秋



**雲丹**  
ウニ [¥500～¥1,000]

濃厚でとろけるような甘みが特徴

秋



**鯖**  
サバ [¥300～¥500]

佐渡沖のサバは絶品

秋



**イクラ**  
生イクラ [¥300～¥500]

村上三面川の鮭のイクラは鮓ネタに

秋



**楚蟹**  
ズワイガニ [¥300～¥500]

冬の味覚として人気が高い

秋



**鰯**  
イワシ [¥300～¥500]

旬のイワシは脂が乗り絶品

冬



**水蛸**  
ミズダコ [¥100～¥300]

柔らかな身と独特のうまみが特徴

冬



**秋醬蝦**  
赤ひげ (アキアミ) [¥300～¥500]

サクラエビの仲間。すしネタとしても美味

冬



**蜆**  
バイ貝 [¥300～¥500]

独特の食感が味わえる巻き貝

冬



**鰐**  
ヒラメ [¥300～¥500]

弾力のある食感が楽しめる白身魚