

# 金目鯛

脂がのり切った冬の金目。  
最高の季節にだけ味わえる「時の逸品」。



## 伊豆高原

大きく金色に輝く目が印象的な金目鯛。真っ赤な体色をしている上に、鯛と名が付いているために誤解している方もいそうですが、実は鯛とは全く違う種類の魚だということを「ご存じでしたか」。

スズキ目タイ科に属する真鯛やクロダイは比較的浅い海に生息する魚ですが、キンメダイ目キンメダイ科に属する金目鯛はその仲間ではなく、水深800mもの深い海で暮らしているなどその生態も違っています。金色の大きな目も、光の少ない深海で暮らすためのものですね。

その美味しさが注目されはじめたのは明治の頃。昭和になると全国的に高級食材としての認知度が高まってきました。

味わいも淡泊な鯛とは異なり、白身でありながら濃厚な味わいを持っていることから、刺身や煮物など多彩な料理方法で楽しむことができ、今も料亭や旅館などでも不動の人気を誇る食材として確固たる地位を築いています。もともと関東周辺で親しまれ

ていた魚とも言われ、特に深い水を誇る伊豆半島はその最大の産地。

サンダンス・伊豆高原の間近にある伊豆の稲取港は「漁獲量」で日本一を、また下田港は金目鯛の「水揚げ量日本一」を誇り、中でも稲取で漁獲された金目鯛は「地キンメ」「稲取キンメ」と呼ばれ、脂のノリが絶品の最高級ブランドとして名を馳せています。

他の白身魚とは比べものにならないほどみずしりと載ったこの金目鯛の脂には、脳細胞を活性化させると言われるDHAや血液をサラサラにする効果があるIPA(EPA)などの不飽和脂肪酸の他、海のミネラル類も豊富に含まれていて、神経を鎮めたり、体温や血圧の調整をサポートするなど健康促進に役立つ効果がたつぷり。さらに疲労回復や美肌に役立つビタミンもふんだんに含まれていますので、美味しく美容・健康にも役立つ嬉しさ2倍のありがたい食材だと言うことができます。身が柔らかくて小骨も少ない

ので、子どもからシニアまで年齢を問わず幅広く楽しめる金目鯛。刺身やしゃぶしゃぶなどバリエーション豊かな料理方法で楽しめますが、中でも一番の人気メニューは「煮付け」でしょう。

こつてりと濃厚な甘しよっぱいタレでじっくりと仕上げた金目鯛の煮付けは、サンダンス伊豆高原・本岡料理長のイチ押しメニュー。一年を通して漁獲される金目鯛は、伊豆高原の定番メニューとして通年ご提供していますが、「冬の金目鯛はひと味違う」と料理長。海の水が冷たくなるにつれて自慢の脂がさらにのり切つて、金目鯛は一年でもっとも深い旨味を宿すようになるのだそう。

12月から2月にかけていちばん美味しい時期の「金目鯛の煮付け」。伊豆高原をご愛顧くださっているリピーターの方にも、ぜひその違いを味わい比べていただきたい、冬だけの逸品です。



### 祝〈年末年始特別会席〉7,700円

※事前予約制(12月27日から1月12日まで)

旬菜盛り合わせ／大海老の鬼殻焼／愛鷹牛のジューズ／金目鯛姿煮／山形県産おぎたま盆地の極上米／本日の味噌汁／季節の漬物／本日のデザート

### 桜並木 4,400円

海鮮茶碗蒸し／旬魚三種盛り／旬菜盛り合わせ／愛鷹牛のジューズ／四季万頭／山形県産おぎたま盆地の極上米／本日の味噌汁／季節の漬物／本日のデザート



### 大室山 2,750円

金目鯛の茶碗蒸し／旬魚二種盛り／若鶏の陶板焼／鮫鱈の唐揚げ／ふろふき大根／山形県産おぎたま盆地の極上米／本日の味噌汁／季節の漬物／本日のデザート

### 愛鷹牛の 寿喜焼コース 3,850円

旬魚二種盛り／愛鷹牛の寿喜焼／山形県産おぎたま盆地の極上米／本日の味噌汁／季節の漬物／本日のデザート



【冬の味覚フェア】  
愛鷹牛の寿喜焼  
(単品)2,530円