



株式会社レブニーズ

[札幌本社]
〒060-0809
北海道札幌市北区北9条西3丁目19-1 ノルテプラザ 5階
Tel:0120-777-164 (通話料無料) / 011-738-6500 (携帯電話・有料)

[島の人 礼文島本店]
〒097-1111
北海道礼文郡礼文町船泊字須古嶺
Tel:0163-87-2198

[民宿スコトン岬]
〒097-1111
北海道礼文郡礼文町船泊字須古嶺
TEL 0163-87-2878

[島の人 新千歳空港店]
〒066-0012
北海道千歳市美々新千歳空港国内線ターミナルビル2F
Tel:0123-46-2103

[島の人 ゲートラウンジ店]
〒066-0012
北海道千歳市美々新千歳空港国内線ターミナルビル2F
12番ゲート付近
Tel:0123-46-2238

[お困りの際は (通話料無料)] 受付時間 / 9時~19時 [年中無休]

TEL **0120-777-164** 携帯電話からは 有 料
TEL011-738-6500

本カタログの著作権は株式会社レブニーズの所有するものです。
無断で使用することは法律によって禁じられています。



島の人食べ方読本

保存版
この冊子は大切に
保管してください



礼文島から、北海道の食へ。 豊かで幸せな美味しさを、全国へ。

我々レブニーズは、北海道の食の魅力を発掘し価値を向上させながら、当社オリジナルブランド「島の人」を創造し、北海道の食全般を幅広くブランディングする、「北海道プロデュースカンパニー」を目指しています。

北海道の食といえば、水産、農産、畜産、またその加工品など、大変優れた魅力をもっていますが、こうした魅力は北海道や日本のみならず、世界各地からも注目されており、日本を代表する観光資源といっても過言ではありません。しかしながら、埋もれたままのものが多くのが実情。そうした北海道の隠れた魅力を発掘し、世の中へプロモーションしていきような企業を北海道プロデュースカンパニーと定め、将来の目標にしていきたいと考えています。

レブニーズは北海道に本社を構え、地域ならではの取り組みを活かしながら、北海道の各産地や製造メーカー様と連携し、北海道ブランドのさらなる価値向上に挑戦しながら、オリジナルブランド「島の人」の開発を進めております。

そして、北海道に生まれ育ち、北海道を最も愛する人間がこれまでの常識にとらわれないクリエイティブな発想をもとに行動し、近い将来、北海道の食といえばレブニーズといっていただけるような北海道ナンバーワン企業を目指し、挑戦を続けて参ります。



株式会社 レブニーズ
代表取締役 鹿内 茂光



Photo by Chris Browne

島の人食べ方読本

美味しさの秘密や調理方法、保存方法などをお伝えします。

Contents

02 昆布商品

- ・礼文だし
- ・利尻昆布
- ・根昆布
- ・とろろ昆布
- ・サーモン昆布重ね巻
- ・生干し昆布干物
- ・スティック干物
- ・紅鮭ハラス
- ・本ししゃも

06 島雲丹・雲丹加工品

- ・無添加生ウニ【エゾパフンウニ/キタムラサキウニ】
- ・3D氷結ウニ
- ・一夜漬粒雲丹
- ・蒸し雲丹

10 蟹

- ・ポイル蟹【タラバガニ/アブラガニ/ズワイガニ/花咲蟹/毛蟹】
- ・カットポイル蟹
- ・カニポーション【しゃぶしゃぶ用/お刺身用】
- ・殻付き蟹剥き方

14 生鮮品・旬モノ

- ・中トロ切り落とし
- ・時鮭(ときしらす)刺身
- ・天然ぶり刺身
- ・お刺身はたて貝柱
- ・昆布だしいくら
- ・お刺身ボタンエビ
- ・柔らかか蒸したこ
- ・真たち
- ・牡蠣
- ・活はたて
- ・あわび
- ・真だら
- ・さんま
- ・うなぎ

20 北海道産原料

- ・海鮮だし茶漬け
- ・シーフードミックス
- ・海鮮フライ
- ・蒸しホタテ
- ・厚切り鮭ステーキ

22 珍味

- ・いか塩辛
- ・無添加松前漬
- ・つぶわさび
- ・紅鮭石狩漬
- ・鮭ほぐし【紅鮭/秋鮭】
- ・柔らかイカ一夜干し
- ・北海三味 海鮮漬
- ・乾燥珍味



利尻昆布使用 礼文だし

ひとさじ入れるだけで
毎日のお料理がワンランク上質に。

礼文島は、最高級利尻昆布の産地。利尻昆布の上品な味わいのだしは、多くの人を魅了しています。礼文だしはその利尻昆布の旨みを凝縮し、だしをとる手間を省いた商品。栄養価の高い根昆布をまるごとすりつぶし、鰹だしを加えた2重だし製法が、さらに利尻昆布の旨みを引き立てています。上質なだしが、和食をもっと手軽に、さらに美味しくなり、お料理のレシビが広がります。



礼文だし おすすめレシビ 【ご注意】下記レシビは一例です。お好みに合わせて使用量を調整して下さい。



だし巻き卵

ふわっと香る昆布と鰹。
お弁当のおかずをワンランク上に。

【材料(3~4人分)】

- 礼文だし…大さじ1
- 卵(Lサイズ)…5個
- 砂糖…小さじ1 ● サラダ油…適量

【作り方】

- ① ボールに卵を割り入れてよく混ぜる。
- ② 礼文だしと砂糖をそれぞれに①に入れて、よく混ぜる。
- ③ あたためたフライパンに、サラダ油を入れる。
- ④ ②の卵液を適量を流し入れ、巻く。それを数回くりかえして形を整える。
- ⑤ 巻き終わりを下にし、火を止めて、余熱で中まで火を通す。



浅漬け

一晩漬け込むだけ。利尻昆布の旨味が素材の味を引き立てます。

【材料(2~3人分)】

- 礼文だし…大さじ2 ● キュウリ…2本
- かぶ…3個 ● 鷹の爪…適量
- だし昆布…ひとつつまみ

【作り方】

- ① キュウリは縦半分にした後、2cmくらいの長さに切る。
- ② かぶは皮をむいたあと、3~4mmの厚さの半月切りにする。
- ③ 鷹の爪は種を取り除き、輪切りにする。
- ④ ビニール袋に①と②、③、礼文だしを入れて軽くもむ。
- ⑤ 冷蔵庫に30分以上置く。途中で味見をし、塩加減が薄ければ調整する。



野菜炒め

普段使いの調味料代わりに。鰹だしの味が野菜によく絡みます。

【材料(3~4人分)】

- 礼文だし…大さじ1 ● 玉ねぎ…1/4個
- にんにくの芽…1束 ● 人参…1/8個
- ピーマン…1個 ● もやし…1/4袋
- キャベツ…1/4個 ● サラダ油…適量
- 豚肉…100g ● 胡椒…適量

【作り方】

- ① 玉ねぎは薄切り、人参は短冊切り、ピーマンは細切り、にんにくの芽は4cmの長さに切る。
- ② もやしは洗って水気を切り、キャベツはざく切りにする。
- ③ フライパンをあたためてサラダ油を入れ、豚肉を炒める。
- ④ 色が変わったら野菜を入れ、礼文だしを入れて手早く炒め、胡椒で味を整える。



利尻昆布

礼文・利尻島産

礼文島
利尻島産

日本三大昆布の中でも最高ランクの利尻昆布。市場での流通量は僅かですが、主に関西方面の昆布問屋、高級料亭に流通する逸品です。

美味しいだしの取り方 [利尻昆布5g 水500mL]

- ① 固く絞った濡れ布巾で昆布の表面を軽くふきます。(昆布を水洗いすると旨みが逃げてしまうので注意してください)
- ② 鍋に昆布と水を入れ約30分程浸漬してから中火にかけます。
- ③ 沸騰直前で昆布を取り出し、完成です。(沸騰させると昆布のねばり成分が溶け出し風味が損なわれるので注意してください)

常温保存 冷暗所かつ高温多湿を避け、直接空気に触れないように常温で保存



根昆布

礼文・利尻稚内産

礼文島
利尻島産

最高ランクの利尻昆布の中でも一番栄養価が高いとされる「根昆布」という貴重な根の部分だけを贅沢に切り出しました。

話題の健康昆布水の作り方

- ① コップ1杯分の水に2個を目安に入れる。
- ② 切り口は下に向けて入れる。
- ③ 約10時間ほどつけ置きで完成です。

常温保存 冷暗所かつ高温多湿を避け、直接空気に触れないように常温で保存

利尻昆布
とろろ昆布

礼文・利尻島産

礼文島
利尻島産



礼文・利尻で獲れた高級利尻昆布をだけを使用しました。ふんわりとろける食感と、香り高い風味が自慢の逸品です。

美味しい食べ方

お使いになる分を取り、お味噌汁、お豆腐、おにぎりなどお料理に添えると美味しくお召し上がりいただけます。

常温保存 冷暗所かつ高温多湿を避け、直接空気に触れないように常温で保存

北海道加工
サーモン昆布重ね巻



利尻昆布と、サーモンをミルフィーユ状にした当店一番人気の品。中骨が柔らかくなるまで秘伝のタレでじっくり煮込み、ほろりとろけるような食感に。

美味しい食べ方

中骨は柔らかく煮込んでいるため、そのままお召し上がりいただけます。開封後は冷蔵庫に入れてください。その際は、表面が乾かないようタレも一緒に保管シラップなどで密閉することをお勧めします。

常温保存 冷蔵保存 開封後は密封容器に入れ、冷蔵庫で約1週間





北海道産/礼文・利尻島産

昆布干物



紅法華 ベにほっけ

脂のりとお腹が赤くなる紅法華を利尻昆布だしに漬け込み生干しに。ふっくらジューシーな味わい。



氷下魚 こまい

解凍せずそのまま弱火でじっくり焼き、お好みでマヨネーズと一味唐辛子、お醤油をかけると美味。



滑多鰈 なめたかれい

煮付けや唐揚げにすると大変美味しい魚。北海道や東北では縁起の良い魚としても知られています。



鯖 さば

じっくり時間をかけて焼くことで、ふっくらとした身を楽しめます。竜田揚げで食べるのもおすすめです。



秋鮭 あきさけ

身はふっくらとし、天然ならではの旨みが凝縮されているながら、さっぱりと上品な味わい。



鰯 にしん

塩と米麴で作る切込みや身欠きニンなどでもおなじみ。身が柔らかいので丸ごと焼くのがおすすめ。



宗八鰈 そうはちかれい

身は淡白な白身ですが、皮をごと食べていただくことで上質な程よい脂身を味わえます。



八角 はっかく

旬の時期でさえ水揚げが少ない八角。濃厚な旨味と甘みのあり、脂も癖がなく、品のある味わいです。



スティック干物

法華



昆布干物の中でも特に人気の品を手軽に食べやすいスティック状にしました。魚焼き器は使用せず、フライパン等で手軽に調理が可能です。

美味しい食べ方

半解凍の状態です。中火で熱したフライパンにクッキングシートを敷き、油を引かずにスティックを並べます。身に7割ほど火が通ったら裏返しにします。仕上げは強火で、表面をカリッと焼きあげると、皮まで美味しく召し上がれます。

冷凍保存 商品到着後すぐ冷凍庫で保存
解凍後は冷蔵庫で保存し、お早めにお召し上がりください

本ししゃも



北海道太平洋沿岸の一部でしか取れない、希少な本ししゃもは日本固有の貴重な魚です。クセのない味わい深い旨味と香りが堪能できるおススメの一品です。

美味しい食べ方

中火で熱したフライパンにクッキングシートを敷き、油を引かずにししゃもを凍ったまま並べます。焼き面からししゃもの油が出て、表面が乾いてきたらひっくり返し、両面にキツネ色の焦げ目がついたら焼き上がりです。頭からまるごとお召し上がり下さい。

冷凍保存 調理の直前まで冷凍庫で保管し
お早めにお召し上がりください。

紅鮭ハラス



身の旨みは鮭の中でもトップクラスと評される紅鮭。1尾の鮭からたった2本しか取ることのできない最も脂が乗っている希少な部位を厳選しました。

美味しい食べ方

解凍し、身の部分から中火で焼き上げます。焼き面にキツネ色の焦げ目がつき始めたらすぐに裏返し、鮭の皮面を焼きます。皮面もこんがり焼きあげたら完成です。ご飯のおかず、お酒の肴としてお召し上がりください。

冷凍保存 到着後すぐに、冷凍庫で保管
解凍後は冷蔵庫で保管し、お早めにお召し上がりください。

昆布干物の焼き方

【焼く前のご準備】

焼く直前まで冷凍保管をおすすめします。

※魚は解凍と同時に筋繊維が破壊されるため食感が悪くなってしまいます。解凍方法により、ドリップ(うま味成分)が流出する場合があります。

※身の厚い魚や短時間で焼き上げたいときは冷蔵庫で自然解凍してください。(約3~4時間)



■ 家庭用グリルの場合

①凍ったままの状態、余熱したグリルに、火の強いほうに皮側を向けて置き、中火で焼きます。



②干物を裏返し、弱火でじっくり焼きます。キツネ色になり、フツフツと脂がでてくる頃が焼き上がりです。



■ フライパンの場合

①お好みのサイズに切り、クッキングシートを敷いて焼いてください。キツネ色になり、フツフツと脂がでてくる頃が焼き上がりです。





塩水ウニを食べて、少ししょっぱいと感じたことはありませんか？実は水切りをするだけでは、ウニ本来の美味しさを感じられていません。冊子をご覧の皆様へ、当店自慢の生ウニをもっと美味しくお召上がり頂く為の最適な食べ方をご紹介します。



1 バックの角にある上のツメを横にゆっくりと引っ張っていきます。(ツメは持ち上げると折れてしまいますのでご注意ください。)



2 バックを1回転させて周りのひもを取ります。
※写真は撮影の為傾けておりますが、実際には平らな所などに置いてから開けてください。



3 下のツメを持ち、上のフタを開けます。



4 中のザルを取り出し軽く水切りをします。



5 ザルを傾け、1分間放置します。



6 バック内に溜まった塩水を捨てます。
[5・6]の動作をもう一度行います。



7 バットなどにキッチンペーパーを二重に敷き、ウニが重ならないように広げます。
※身を潰さないように優しく乗せてください。



8 上にキッチンペーパーを重ねて、優しく抑えます。塩水を切ったら、キッチンペーパーを外します。



9 ラップをせず、そのまま冷蔵庫に入れて1分置きませます。
※冷風を当てると、食塩水がさらに切れれます。



キッチンペーパーからウニを取り出して器に盛ったら完成です。



ウニがもっと
美味しくなる
ウニ最適
醤油

高級な利尻昆布を使い2年熟成させた
味わい深い昆布醤油。島の人のウニと
相性抜群。その他にお刺身、卵かけ
ご飯、冷奴などにも。

利尻昆布醤油
磯吟醸
[150ml]

礼文・利尻島産

キタムラサキウニ・エゾバフンウニ

日本最北限の島、礼文島を代表する海の幸といえば「ウニ」。1年の中で限られた期間と量しか水揚げされない幻ともいえる味を求めて毎年多くの方が島を訪れます。利尻昆布を食べて育ったウニはまさに最高級。磯の香り漂うキタムラサキウニは、あっさりとしたクセのない味わい。そして鮮やかなオレンジ色のエゾバフンウニは、苦みがなく抜群の甘さとコクが魅力です。

■ 取り扱いについて ■

中の塩水が溢れますので、開封の際はキッチンでトレイ、又は新聞紙などの上で開封されることをおすすめします。水切り後はお早めにお召上がりください。一度にお召上がりにならない場合は、清潔なスプーンで必要な分だけ取り、残りは塩水につけたまま冷蔵庫で保管してください。

※ツメが折れてしまうと開封しにくくなります。ご不明点がございましたらお電話にてお問い合わせください。



礼文・利尻島産
雲丹加工品



3D氷結ウニ

旬の時期に獲れた生ウニを、無添加のまま瞬間凍結。生と遜色ないウニ本来の美味しさです。

美味しい食べ方

冷蔵庫でゆっくり(6~8時間)自然解凍し、解凍後は下記の手順でパックを開封しお皿に盛り付けてお召し上がりください。

冷凍保存 商品到着後すぐ冷凍保管で約1ヶ月程度解凍後はすぐにお召し上がりください。



礼文・利尻島産
一夜漬粒雲丹
キタムラサキウニ
エソバンウニ



一夜漬雲丹は、獲れたての生ウニを塩水に漬け込み一晩寝かせることで、水分を抜きウニの味わいを濃縮した日本三大珍味です。

美味しい食べ方

冷蔵庫でゆっくり自然解凍し、ご飯のお供や日本酒などと一緒に楽しみください。

冷凍保存 商品到着後、すぐ冷凍庫で保存
冷蔵保存 解凍後は冷蔵庫に入れ5日以内にお召し上がりください。



礼文・利尻島産
蒸し雲丹
キタムラサキウニ
エソバンウニ



旬のウニを塩だけで蒸し上げました。ふっくらとした食感とクセのない甘さが特長です。ウニの甘みと旨みが最大限に引き出されている逸品です。

美味しい食べ方

そのままお召し上がりいただけますが、おむすびやお茶漬けパスタ、茶碗蒸しなどにもお使いいただけます。

常温保存 商品到着後、開封前は常温保存が可能
冷蔵保存 開蓋後は冷蔵庫に入れ3日以内にお召し上がりください。

3D氷結ウニ 解凍方法・美味しい召し上がり方

※写真は6時間解凍したものです



1 冷蔵庫でゆっくりと6~8時間かけて解凍します。(半解凍の状態となります)解凍されたら、容器の角にあるツメを水平に引っ張り開封します。



2 中にあるトレイを取り出してください。多少の水が出る場合がございますので、水気を切ってからお皿に盛り付けてお召し上がりください。

Q & A ウニのよくあるご質問



Q 冷凍保存はできますか?

A 塩水パックを冷凍保存してしまいますと、解凍後に溶けが生じ、品質が低下してしまいます。冷凍はなさらないようお願い致します。氷結ウニや、島雲丹一夜漬けに関しては、一度解凍したものは再凍結しないようお願い致します。

Q 塩水パックの水が濁っていたけど大丈夫?

A ウニの輸送には細心の注意を払っておりますが、輸送時の振動によりウニの身が溶けてしまい、水が濁ってしまう場合がございます。そのままお召し上がりいただいても問題はございませんが、身崩れが激しい場合は、到着後すぐに当店までご連絡をお願い致します。

Q 島雲丹が入っている水は何ですか?

A 海水に近い濃度に調整した塩水です。飲んででも身体に影響はございませんが、お召し上がりの際は捨ててくださいようお願い致します。

Q 届いてから何日くらい持ちますか?

A 生ウニは、ご到着からなるべく1~2日以内にお召し上がりください。各商品に消費期限や賞味期限が記載されたラベルが添付されておりますので、詳しくはご参照ください。

蟹

[タラバガニ・ズワイガニ・花咲蟹]



ポイル蟹

身入りの良さと鮮度、甘味が特徴。味と身の質の劣化を防ぐため、氷の膜を張るグレーズ処理を施しているため、美味しくお召し上がりいただけます。

美味しい食べ方

表面のグレーズ（氷の膜）を流水で落とし、ケースに戻すかお皿に入れて冷蔵庫で7・8時間程度解凍してください。

冷凍保存 冷凍保管で約1カ月程度を目安にお早めにお召し上がりください。

カット済ポイルガニ



食べやすくカット済みなので、解凍するだけですぐお召し上がり頂けます。そのままでももちろん、鍋にして頂くと、殻がついているので、旨みたっぷりのだしがよく出ます。

美味しい食べ方

旨味成分が失われないように、表面のグレーズ（氷の膜）を流水で落としてからお皿に入れ冷蔵庫で7・8時間程度解凍してください。

冷凍保存 冷凍保管で約1カ月程度を目安にお早めにお召し上がりください。

ポイル済み蟹(脚) 殻むきの方法(脚)



1 カニは冷蔵庫で解凍後、キッチンバサミで脚の付け根からカットします。



2 脚と肩を切り分けず。



3 さらに関節でカットします。



4 全ての関節を切り分けた状態です。



5 側面の色の境目に沿って縦に切っていくします。



6 反対側も同様に切ります。



7 殻を剥いて外します。



8 爪の部分も同様に半分に切ります。



9 肩と足の付け根の部分に切り込みを入れていきます。



10 さらに周囲を切り込んでいきます。



11 肩を半分に割ります。



12 盛り付けし、身を取り出してお召し上がりください。



蟹を美味しく楽しむ 島の人オススメのカニ酢レシビ

【材料】

礼文だし 小さじ1/2
砂糖 小さじ1/2
酢 大さじ2
しょうゆ 少々

【作り方】

①酢と砂糖を小鍋に入れ弱火で砂糖を溶かします。
(または電子レンジ500Wで30~40秒)
②①に礼文だし(白だしでも可)を混ぜ、しょうゆをお好みで少量(数滴)加えて完成です。

蟹 [毛蟹・お刺身蟹]



毛蟹

極寒の海で身が引きしまり、甘味の増した毛蟹。水揚げ直後に浜茹でしているので、鮮度は抜群。繊細な身の甘みと、濃厚な蟹味噌がたまりません。

美味しい食べ方

表面のグレーズ(氷の膜)を流水で落としてからお皿に入れ冷蔵庫で7・8時間程度解凍してください。日本酒を入れて甲羅酒や、蟹味噌汁としてもお楽しみいただけます。

冷凍保存 冷凍保管で約1カ月程度を目安にお早めにお召し上がりください。

毛蟹

殻むきの方法(姿)



1 腹側の前かけ(三角の部分)を引き出します。



2 キッチンバサミで前かけ(三角の部分)を切り離します。



3 甲羅を持ち上げて殻を外します。



4 甲羅の内側にも蟹味噌がついているので取り出します。



5 胴と脚を一本ずつ切り離します。



6 脚は縦にハサミを入れます(反対側も同様に切ります)。



7 殻を開き、箸で身を取り出します。



8 脚はガニ(エラの部分)を除き、半分に分れる様に切り込みます。



9 盛り付けて完成です。クリーミーな蟹味噌もお楽しみください。

カニポーション

しゃぶしゃぶ用・お刺身用



蟹を食べやすく殻を剥いた状態でご用意致しました。品質を保つグレーズ処理で、水揚げ直後と変わらない品質をお届けします。

美味しい食べ方

必ず袋に入れたまま、密閉状態で流水であてて解凍してください。お刺身用は解凍するだけでお召し上がりいただけます。しゃぶしゃぶ用は必ず加熱調理をお召し上がりください。

冷凍保存 冷凍保管で1カ月程度を目安ですが、生の蟹は解凍後に時間が経つと酸化し黒く変色してしまうため、冷蔵での保管はできません。食べる直前に解凍し、すぐにお召し上がりください。

カニポーション

解凍・調理方法



【解凍方法(しゃぶしゃぶ用・お刺身用)】
お召し上がりいただく分だけ取り出し、冷凍状態のまま、カニが直接水に触れることのないよう袋のまま流水解凍してください。

(目安時間:15~20分)商品に付着している氷の膜がやや剥がれてくる程度が丁度よい解凍状態です。

※解凍後はすぐにお召し上がりください。商品特性上、タンパク質が酸化して色が黒ずんでくる場合がございます。(商品品質には問題ございません)



【調理方法(しゃぶしゃぶ用)】
解凍したカニを、沸騰したお湯やお出汁にさっとくぐらせてからお召し上がりください。(目安時間:20~30秒)カニ本来のお味を楽しみたい方は20秒程度、食感を楽しみたい方は30秒程度がおすすめです。

※1分以上加熱してしまうと、本来の旨味が抜け、食感も固くパサつきが出てしまいます。お客様の好みに応じて、加熱時間を調整してお楽しみください。



中トロ切り落とし

脂身のバランスの調和がとれた中トロ。お刺身で食べるか、表面を少しあぶるのがおすすめです。



天然ぶり刺身

お刺身やたたき、ぶりしゃぶにぶり大根など素材が良いので調理方法に困りません。



昆布だいくら醤油漬

新鮮ないくらを利尻昆布の上質な出汁であっさりとした味わいに仕立てた当店自慢の逸品です。



時鮭(ときしらず)刺身

しっとりとした食感、口の中でとろける身はまるでトロのような味わい。脂乗りの良さをご堪能ください。



お刺身はたて貝柱

解凍時にドリップが出るため、キッチンペーパー等で水気をとってからお召し上がりください。



お好みのお刺身で贅沢海鮮丼!お刺身の美味しい食べ方

冷蔵庫でゆっくりと解凍(5時間程度)し、お好みでわさびを添えてお楽しみください。当店の島ウニと合わせればさらに豪華海鮮丼のできあがりです。一度解凍した後は再冷凍をしないようお願い致します。

冷凍保存 解凍後は冷蔵庫で保存し、お早めにお召し上がりください。

お刺身ポタンエビ



獲れたてを瞬間凍結しました。ぷりぷりとした身は、噛むと濃厚な甘みが広がり、ねっとりとした余韻が残る極めて味わい深いポタンエビです。

美味しい食べ方

袋に入れた状態で流水解凍してください。解凍時に水分が出るため、キッチンペーパー等で水気をとってから、お好みでわさび醤油をかけると、より一層おいしくお召し上がり頂けます。

冷凍保存 解凍後は冷蔵庫で保存し、お早めにお召し上がりください

柔らかく蒸したこ



礼文島で獲れた水タコを、柔らかく蒸上げました。完全無添加にこだわり、ミョウバンを使わず、旨み豊かな味わいです。

美味しい食べ方

冷蔵庫で自然解凍した後、そのままお召し上がりください。半解凍の状態ですライスすると、薄く切り分けることができます。お好みでわさび醤油をかけると、より一層おいしくお召し上がり頂けます。

冷凍保存 解凍後は冷蔵庫で保存し、お早めにお召し上がりください

真だち



冬に旬を迎える北海道産の真鱈の白子「真だち」とろけるような食感とクリーミーで濃厚な旨味がお楽しみいただけます。

美味しい食べ方

真だちはポン酢醤油につけてそのままお召し上がり頂ける他、天ぷらや鍋ものなどにも大変良く合います。とろりとして濃厚な味わいをお楽しみください。

※鮮度の良い真だちには稀に寄生虫が付いていることがありますので必ず水洗いと湯煎を行ってください。

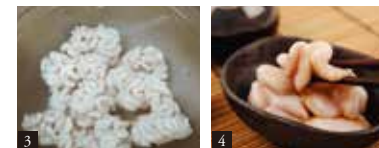
冷凍保存 到着後すぐに冷蔵庫で保管し2〜3日以内にお召し上がりください。加熱調理後は賞味期限内でも当日中にお召し上がりください。

真だち たちの下処理方法



ボールに冷水で塩水をつくり、かき混ぜる様にたちを洗います。かき混ぜたあとに何度か流水ですすぐと、ぬめりが取れます。

キッチンバサミでつぶさなようにカットし、もう一度すすぎます(約3〜4センチ四方を目安に一口大に。筋を切るのがポイント)。



湯煎した真だちを冷やすための氷水を用意します。沸騰したお湯で約20秒湯煎しすぐに氷水に入れて冷ましザルにあげて水を切ります。

キッチンペーパー等で軽く水分を取ってポン酢醤油などでお楽しみください。

北海道産 生鮮品 [牡蠣・ほたて・あわび]



北海道仙鳳趾産 殻付きミルク牡蠣



牡蠣の名産地である北海道厚岸町の隣にある仙鳳趾。牡蠣の独特な濃厚さとクリーミーな旨みをお楽しみください。

美味しい食べ方

【牡蠣の酒蒸し】鍋やフライパンに牡蠣殻の丸みのある方を下にして並べます。お酒を適量入れ、フタをして殻の口が開くまで、加熱してください。(5〜6個で約15分〜20分くらい)

冷蔵保存 解凍後は冷蔵庫で保管し、できるだけお早めにお召し上がりください。

北海道知内産 むき牡蠣



北海道知内産のジャンボサイズのむき身タイプです。粒の大きさとプリッとジューシーな食感がたまりません。

美味しい食べ方

加熱用の商品ですので、必ず火を通してからお召し上がりください。お鍋や、フライ、ソテーや炊き込みご飯など色々な料理にお使いいただけます。

冷凍保存 冷凍保存で一ヶ月程度必要な分だけ解凍し、当日中にお召し上がりください。

殻付き牡蠣 上手な剥き方



牡蠣はタワンでよく洗い、牡蠣殻の平らな方を上にします。次に貝柱の位置を確認します。貝柱は上下のかき殻をとめているので、ここを切り離す必要があります。

牡蠣はタワンでよく洗い、牡蠣殻の平らな方を上にします。次に貝柱の位置を確認します。



を傷つけないようナイフの刃先を上殻の内側に沿うように入れ貝柱を切り取ります。

専用ナイフ(ない場合は、洋食ナイフ、マイナスドライバーでも代用可能)の刃先を差込み、身



時、身を傷つけないようご注意ください。さっと軽く水洗いしお好みでレモン汁やポン酢でお召し上がりください。

同様に下の殻の貝柱をナイフで切り離すと、簡単に身を取り出すことができます。この

活ホタテ貝



水揚げされたばかりの状態で産地直送。甘さと肉厚な貝柱が自慢の、北海道の活ホタテ貝。

美味しい食べ方

- 貝柱...水洗いし、お刺身にするのがオススメ。バター焼きにも。
- 卵...お届け直後であればお刺身で頂けます。時間が経過している場合は、加熱してからお召し上がりください。
- ヒモ(ミミ)...お刺身やバター焼きにするのがオススメ。お刺身の場合は、表面のぬめりを包丁で取り除くか、塩もみをしてください。

冷蔵保存 冷蔵庫にて保存し、1〜2日以内を目安にお早めにお召し上がりください。

冷凍保存 貝殻を外して、ヒモなどを取り除き、水洗いします。その後冷凍し、解凍後は必ず加熱してお召し上がりください。

活ホタテ貝 上手な剥き方



1 貝が膨らんでいる方を上に
2 貝をひっくり返し、ヘラで殻
を取り除きます。貝の底か
へらを入れ、貝の底を押す
ら貝柱を切り離します。
ようにして貝柱を離します。



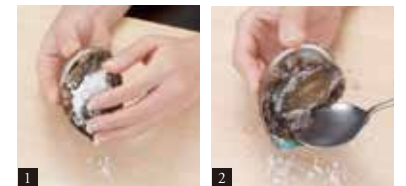
3 貝柱からヒモ、ウロ、エラな
どを取り除きます。貝柱は
水洗いをしてからお召し上
がり頂けます。



※製品品質には万全を期しておりますが、天然貝のため、まれに砂が残っている場合がございます。

あわび

あわび 上手な剥き方



1 アワビをさばく時は粗塩で
粗塩でこすったあとはスプ
ーンなどを使いながら丁寧に
殻から身を外します。



2 外した身から肝を取り除きま
す。(肝の部分に砂が入って
いる場合がありますが、その
部分以外は食べられます。) ス
ライスして下さい。



年に数回しか水揚げされない、貴重な天然のエゾアワビを生きたまま瞬間凍結しました。極寒の海が育んだ絶妙な食感をご堪能ください。

美味しい食べ方

1. [お刺身] 加熱せず、醤油をつけてお召し上がりください。
2. [グリルもしくは網焼き] 5〜7分焼いてお召し上がりください。焼き上がる1分前に醤油をかけて仕上げます。
3. [バター焼き] 殻から外したらバターを溶かしたフライパンに、切らずに両面きつね色になるくらい2〜3分程度焼いてください。仕上げに醤油をかけて、全体からめたら完成です。

冷蔵保存 解凍後は冷蔵庫で保管し、できるだけお早めにお召し上がりください。



旬モノ [真鱈・さんま・うなぎ]



礼文島産 真だら

生食不可商品

冬に獲れる真だらのオスには「たち」、メスには「真子」がたっぷりと成熟しているため一尾でかなりの食べ応えをご堪能いただけます。

美味しい食べ方

必ず火を通してからお召し上がりください。鍋料理や、たらの昆布×、塩焼きにムニエル、バター焼、天ぷらなど素材が良いので調理法を選ばずお楽しみいただけます。

冷凍保存 すぐにお召し上がりにならない場合には、小分けした後に冷凍保管をお勧めいたします。

真だら

ご家庭で出来る真だらのおろし方

- 1 真だらのうろこを包丁の刃先できれいにこすり落とし、エラ蓋を持ち上げ、エラとカマの間の薄い膜を切り、アゴから頭部と胸のつなぎ目を切断する。
- 2 お尻部分に小さな穴があるため、そこに包丁を差し入れます。(※メスをお届けの場合は卵があるため、奥まで包丁を入れないように注意)
- 3 一気に顎先まで腹を割っていきま。お腹を開くと見事な卵(オスの場合は白子)と内臓が出てきますので、取り出します。内臓は捨ててください。
- 4 背わた、血合いを取り除き、身をよく洗い、頭を切り落とします。
- 5 背骨に沿って、一気に包丁を入れていき、尾の部分は少し厚めに切りま。【ここまでで2枚おろし完成】
- 6 中骨を身から切り離し、3枚におろします。【3枚おろしが完成】
- 7 おろした半身をお好みの大きさに切り、必ず加熱してからお召し上がりください。



さんま

北海道から新鮮度のまま直送。その鮮度の良さはお刺身でも食べられるほど。旬だからこそ本物を味わえます。

美味しい焼き方

1. 魚をなでるように塩を両面にすり込みます。
2. 冷蔵庫で30分～1時間ほど馴染ませます。
3. グリルで片面3～4分焼いて裏返し、皮に焦げ目が付くまで繰り返します。弱火～中火の間でじっくり焼くと、内臓まで熱が入りやすくなります。
※網に食用油もしくは柑橘類の果汁を塗っていただくとう皮やぶれを防いで綺麗に焼けます。

冷蔵保存 到着後すぐに冷蔵庫で保管し、1～2日を目安にお早めにお召し上がりください。



うなぎ

九州南部のシラス台地の良質な地下水で育まれたうなぎを選定。活きの良いうなぎを一尾ずつ手さばきし白焼きにした後に蒸すことにより本来の旨味を引き出しました。

美味しい食べ方

1. 冷蔵庫で解凍してください。
2. 【長焼き】3～4時間程度 【半分カット・刻み】1～2時間程度
3. グリル(中火程度)で軽く火を通してください。
※刻みはアルミホイルを敷いて焼いてください。
4. 付属のうなぎのタレと山椒をお好みでかけてお召し上がりください。

冷凍保存 風味が損なわれるため、長時間の保存をおすすめしておりません。解凍後は当日中にお召し上がりください。

さんま

肝醤油の作り方



加熱前に内臓だけを取り除き、さんまと分けてアルミホイルに包み、同時にグリルで焼きます。焼き上がり後に適量のお醤油と混ぜて、肝醤油のできあがりです。さんまと一緒にお召し上がりいただくと絶品です。



うなぎ

お召し上がり方



1 ひつまぶし

1杯目はおひつから茶碗にとりわけそのまま、2杯目は小ねぎやわさびなどの薬味をのせて。3杯目はお茶や付属の礼文だしを混ぜて お召し上がりください。



2 う巻き

蒲焼きを巻き込んで焼いた贅沢な卵焼きの「う巻き」。見た目も美しく、うなぎの濃厚な味と卵の柔らかな触感でおもてなしの一品にも最適です。



北国の味覚を楽しむ 北海道産原料



海鮮だし茶漬け

素材の味や食感を活かす製法にこだわりました。
当店人気の礼文だしと一緒に召し上がってください。

美味しい食べ方

- 1.袋を開き、袋に入っていた礼文だしパウチをお湯でお好みの濃さに希釈してください※おすすめはお湯250mlです。
- 2.お茶碗にご飯を盛り、上に具材を盛り付ける。※同梱しているかやくもお好みでご使用ください。
- 3.お湯と混ぜ合わせた礼文だしを、具材を盛ったお茶碗にかければ出来上がりです。

冷凍保存 高温多湿、直射日光を避けて保存してください。
開封後はお早目にお召し上がりください。



シーフードミックス



すべて北海道産原料のシーフードミックス。保存しやすいジップパー付きで使い勝手が良く、冷凍庫に常備しておきたい一品。これひとつでお手軽に料理がつけれます。

美味しい食べ方

- ①.濃厚なクリームシチューが魚介の旨味でよりおいしく。
- ②.ごろっと食材を麺と絡める魚介パスタもおすすめ。
- ③.何杯もおかわりがしたくなるシーフードカレーに。
- ④.オリーブオイルとニンニクで煮込むアヒージョでどうぞ。

冷凍保存 冷蔵保存 冷凍保管で1ヶ月程度。解凍後は冷蔵保管で2日程度。
※生ものですのでお早めにお召し上がりください。



海鮮フライ



北海道産の素材にこだわり、それぞれの海鮮の旨みをふんだんに生かしたごろっと食べ応えの海鮮フライです。ジップロック付きなので食べたい分だけ小分けに使用して便利。

美味しい食べ方

凍ったまま約170℃の油で4-5分揚げてください。一度にたくさん揚げると、油温が急に下がりが、衣のはがれや油切れが悪くなる場合があります調理の際、油はね等にご注意ください。一度解凍したものは、再び凍結させないでください。

冷凍保存 冷凍保存でお届けから2か月。
※賞味期限内であってもお早めにお召し上がりください。



厚切り鮭ステーキ



一枚あたり120gの厚切りカットの鮭のステーキです。肉厚な鮭からあふれる旨味とジュワッと広がる脂をお楽しみいただけます。

美味しい食べ方

- ①.ゆっくり時間をかけて火を通し、ホクホクの焼き魚で。
- ②.バター醤油とニンニクの組み合わせでカリッと。
- ③.お好みのソースでムニエルでもお楽しみください。
※加熱用ですので、必ず火を通して召し上がりください。

冷凍保存 冷蔵保存 冷凍保管で約1ヶ月程度
※解凍後はお早めにお召し上がり下さい。



蒸しホタテ



ぷりっとした食感がたまらない、ごろっと大粒の蒸しホタテです。鮮度が良いので、調理用だけでなく、お刺身としてそのまま食べることもできます。

美味しい食べ方

- ①.ごろっとした具材がたっぷりのクリームシチューで。
- ②.お茶碗からはみ出すぐらいの蒸しホタテ炊き込みも。
- ③.お鍋にすることでホタテの旨味が出汁にも浸透します。
- ④.鮮度が良いのでそのままお刺身でもどうぞ。

冷凍保存 冷蔵保存 冷凍保管で約2ヶ月程度
※解凍後はお早めにお召し上がり下さい。



いか塩辛

北海道産の真イカを使用。伝統の木樽での熟成製法によりイカ本来の甘み、まるやかで深みのある味わいに仕上がりました。滑らかで柔らかな食感、お酒の肴、ご飯のお供にもお楽しみいただけます。

美味しい食べ方

冷蔵庫でゆっくりと解凍（3時間程度）し、解凍後はそのまま、熱々のご飯や日本酒などと一緒に楽しみ下さい。

冷凍保存 商品到着後、すぐに冷蔵庫で保存してください。解凍後は冷蔵保管で7日程度でお召し上がり下さい。



無添加松前漬

安心・安全を求め、無添加を実現いたしました。歯ごたえのある数の子、旨味の出る昆布とスルメイカは、噛めば噛むほどに旨味が溢れてきます。

美味しい食べ方

冷蔵庫でゆっくりと解凍（3時間程度）し、解凍後はそのまま、熱々のご飯や日本酒などと一緒に楽しみ下さい。

冷凍保存 解凍後は冷蔵庫に入れ、4日を目安にお早目にお召し上がりください。

紅鮭石狩漬・蝦夷つぶわさび



通称「鮭漬」とも呼ばれ国産の稚で厳選した紅鮭をじっくり熟成した紅鮭石狩漬、大粒のつぶを国産茎わさびと白醤油で和えたつぶわさび。北海道の珍味をお楽しみください。

美味しい食べ方

冷蔵庫でゆっくりと解凍した後、そのままお召し上がりください。

冷凍保存 冷凍で保管し、解凍後は冷蔵庫で保管し4日程度を目安にお召し上がり下さい。

昆布だし鮭ほぐし



旬の9月に獲れた新鮮なオス鮭のみを使用。当店特製の礼文だし・磯吟醸（昆布醤油）・昆布塩で仕上げた鮭ほぐしは新鮮な鮭そのものの旨味を味わえます。

美味しい食べ方

冷蔵庫でゆっくりと解凍（5時間程度）し、そのままお召し上がり下さい。日が経つにつれて水っぽさを感じることもありますが品質には問題ございません。

冷凍保存 解凍後は冷蔵庫に入れ、3日を目安にお早目にお召し上がり下さい。

柔らかイカ一夜干し



北海道のイカを一夜干しにして旨みを引き出しました。その柔らかさと肉厚さにリピーター様も多い品です。

美味しい食べ方

解凍せずにイカの足と身を切り分け、イカの内側（中骨があった面）から焼きます。焦げ目が軽くなってきたら反対面も同様に焼きます。火からおろし食べやすい大きさに切ってください。お好みでマヨネーズと一味唐辛子、お醤油をかけていただきますと、より一層おいしくお召し上がり頂けます。

冷凍保存 調理の直前まで冷凍庫で保管し、お早目にお召し上がりください。

北海三味海鮮漬



海鮮が12種類も入ったまるで宝石箱のような一品。ご飯にのせるだけで豪華な海鮮丼ができあがります。

美味しい食べ方

冷蔵庫でゆっくりと解凍（6時間程度）し、全ての具材を混ぜ合わせ、全体的にお味をなじませてからお召し上がり下さい。（混ぜずにお召し上がり頂くと、具材によって味の濃さにばらつきがございます。）ご飯に乗せて豪華海鮮丼や、酒の肴としてお楽しみ下さい。

乾燥珍味

ソフトな食感の鮭とばやほたてひも、国内でも珍しいにしんの燻製、鮭皮チップ、利尻昆布だし風味のしっとりやわらかなさきいかなど、北海道の逸品珍味を選びすぎりました。

美味しい食べ方

全てそのままお召し上がりいただけます。鮭とばは炙る事でさらに風味が増します。お酒のおつまみに最適です。

冷蔵 開封後は冷蔵庫で保管し、できるだけ早くお召し上がりください。

やわらか鮭とば

秋鮭を干して熟成させ、旨味を最大限に引き出しました。



むしり鱈とば

むしって食べることで、ふわっとした優しい食感になります。



たこ珍味

肉厚でジューシーな柔らかい北海道産たこの珍味です。



炙りいかげそ

げそのコリコリした食感、旨みを残し、柔らかく仕上げました。



一夜干しさきいか

利尻昆布だしを隠し味に加えた、柔らかく食感のしっとりさきいか。



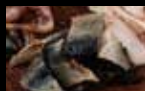
甘海老素干し

殻の香ばしさと頭のほろ苦さがお酒の美味しさを引き立てます。



にしん燻製

こだわりの冷燻製法で柔らかく仕上げた、にしんの燻製です。



とろろ巻き昆布

昆布の柔らかい食感、噛むほどに昆布の風味を楽しめます。



帆立貝ひも

噛む程に旨味が溢れ、こりこりとした食感が癖になります。



磯の木昆布

昆布を重ねて圧縮し、梅の風味を加えた昆布菓子。



干しホタテ貝柱

北海道産のホタテを塩ゆでにし、じっくり乾燥させました。



ソフトほたて貝柱

食塩のみで柔らかく干し、あっさりとした味わいに仕上げました。



本ししゃも

干し上げてから炙ることでえぐみがなく旨味の濃さを味わえます。



むしりほっけ燻製

脂のりがよい法華を燻製に。香ばしい香りと同様に甘みも特徴。



島の人 店舗のご案内

※営業時間等一部変更になる場合がございます。



4月~10月
OPEN

年間13万人の
観光客が訪れる
日本最北限の島

島の人 礼文島本店

礼文島の突端スコトン岬にある島の人礼文島本店。レストランでは風光明媚な景色を眺めながら獲れたての新鮮な生ウニなど、島だけの味わいをご提供。本店ならではのお品をご用意してお待ちしております。

礼文町船泊字スコトン
TEL 0163-87-2198 [営業時間] 7:00~18:00



6月~8月
OPEN

礼文島の風物詩
雲丹漁風景も
見られる宿

民宿スコトン岬

民宿スコトン岬は美しい海の表情を間近に眺めることができ、天気の良い日には、ウニ漁の様子をご覧いただける島の人の宿。ここでしか味わえない自然の雄大さを感じながらゆっくりとした島時間をお過ごしください。

礼文町船泊字スコトン
TEL 0163-87-2878



北海道の玄関口より
海の幸をお届け

島の人 新千歳空港店

礼文島の海産物を中心に扱う島の人直営店舗。旬の島ウニをはじめとして、新千歳空港店限定商品もご用意。北海道の思い出に、ぜひ当店にお立ち寄りください。

千歳市美々新千歳空港国内線 ターミナルビル2F(どさんこ産直市場)
TEL 0123-46-2103 [営業時間] 8:00~20:00



ご飲食、お持ち帰り、
メニューは30品以上

島の人 新千歳空港 ゲートラウンジ店

新千歳空港2階「北海道食堂」内にある島の人をその場でお楽しみいただける飲食店。北海道礼文島でしか味わえなかったウニを中心に、テイクアウトのお弁当など北海道の美味しいものをできるだけご用意。

千歳市美々新千歳空港国内線 ターミナルビル2F(12番ゲート前「北海道食堂」内)
TEL 0123-46-2238 [営業時間] 8:00~20:00