



长崎县

去长崎县的交通方式

坐飞机至 长崎机场	羽田机场	约110分钟	长崎机场
乘JR到 长崎站	博多站	约80分钟 (乘坐新干线)	长崎站
坐巴士至 长崎站前	博多 公共汽车站	约150分钟	长崎站前

至长崎县厅的交通方式

从JR 长崎站徒步	JR长崎站	徒步约10分钟	长崎县厅	
从长崎机场 坐巴士	长崎机场	长崎 机场大巴 经由出岛 高速公路		长崎站前 徒步约10分钟
大巴		长崎县营巴士 长崎巴士		长崎站前 徒步约10分钟
路面电车	长崎 电气轨道	长崎站前 徒步约10分钟		
汽车	长崎出岛 高速公路	新地 出入口 约10分钟		

咨询: 长崎县水产部水产加工流通课
长崎县长崎市尾上町3番1号
TEL.095-895-2873
FAX.095-895-2585
URL: <https://www.pref.nagasaki.jp/section/suisan-ka/>



Nagasaki
Japan ● Quality

水产品的宝库

长崎

水产县长崎渔业手册

长崎

很好吃。



Nagasaki Japan Quality

长崎县三面环海，由许多岛屿和半岛组成。向北流动的对马暖流，复杂的海岸和海底地形创造了优良的渔业，成就了多种多样的水产业。在不同的季节各种鱼类会迁游到长崎县。鱼种数量为日本最多，有350个品种之多。渔业产量在日本名列前茅。当地的渔业匠人利用代代相传的传统和新技术，使得长崎种类繁多的海产业界及其原料制作成具有特色魅力的当地食材，是长崎县引以为豪的财富。“Nagasaki Japan Quality”，饱含着想让海外的朋友感受到这份价值，以及可以放心品尝的长崎海鲜之意。



孕育丰富多彩的海产品
丰富多样的渔场
日本屈指可数的水产县

长崎县的海岸线总长约4200km。在长长的海岸线上，具有丰富的贝类和藻类等资源，在沿海近海，周游东海和日本海的各种鱼类一年四季迁游而来。因为沿海渔业由各种各样的捕捞方式组成，包括一本钓、延绳钓、定置网、刺网和小型底拖网。鱼类、贝类为中心的海面养殖业，加之靠近大陆架渔场等，种种原因史长崎县的近海渔业盛行。



云纹石斑鱼

被称为“梦幻之鱼”稀有价值很高的高级鱼，肉质是淡白色。平户，五岛，对马是主要产地。通过延绳捕鱼法捕获，秋冬季是最佳食用季节。

烹饪法一例
鱼皮与脂肪最佳使用法云纹石斑鱼锅、刺身。



真鯛

春天可捕获的高级鱼，也被称为色彩美丽的“樱鯛”。清淡中肉质附有丰富的风味。多为沿海业通过垂钓与渔网渔捞而来。

烹饪法一例
刺身、盐烤、煮鱼头、清汤。



星鰻

No.1*

对马周围是一个渔场丰富的地区，长崎县的渔获量为日本第一。夏季的鱼肉口感清淡清爽，冬季，鱼肉口感肥美丰富。

烹饪法一例
寿司、清烧、蒲烧、炸天妇罗。



黄鯛

No.1*

长崎周边海域都能捕获。整条烧烤后拥有特别美丽的颜色，有头有尾，是庆祝时使用的好食材。

烹饪法一例
刺身、盐烤、煮鱼、炸鱼、南蛮脆。

方头鱼

主要秋季至冬季之间，沿海及近海渔业中捕获。有红方头，白方头，黄方头3种，稀有的高级白身鱼，长崎是日本为数不多的产地之一。

烹饪法一例
烧烤、蒸鱼、刺身、清汤。



竹荚鱼

No.1*

长崎县的捕捞量是日本第一的产地。因在复杂的潮汐流和岛屿包围的自然环境中成长，使其肉质紧实，脂肪优质。

烹饪法一例
新鲜的竹荚鱼，推荐生鱼片。能享受优质的美味脂肪。



石斑鱼属 (红石斑鱼)

它是栖息在岩场的鱼类，多在地形复杂的长崎周边海域。鱼皮加热后会变成明胶状，有一种香甜的口感。

烹饪法一例
推荐蒸菜、炖菜、火锅料理等。生鱼片通过熟成会增加甜的口感。

野生

Natural Marine Products

具有多种多样的野生水产品，捕获的鱼种数被称为日本第一。篮子鱼、飞鱼、鰹鱼、金线鱼、石鯛、铜盆鱼、蓝银带鲱、马鲛鱼、麒麟、红果鲤、吉氏青鲑、蝶螺、日本龙虾、九齿扇虾……每天捕捞上来的水产品数量多不胜数。



鯖鱼

长崎近海拥有优良的渔场。应季之秋时它的脂肪会占其体重的10-15%，是吃鯖鱼的最佳时期。

烹饪法一例
新鲜的鱼可以享用。普普刺身和味噌汤以及盐煮鱼脂也很美味。



三线矶鲈

No.1*

长崎县拥有日本最高的产量。白身肉适合做各种菜肴，6月至7月是白身肉脂肪最优质的季节。

烹饪法一例
炙烤鱼表面后，享用鱼皮下肥美的油脂层。



牙鲆鱼

高蛋白，低脂肪，鱼鳍基部即“边缘”处脂肪含量高的高级鱼种。天然比目鱼上市期间集中在冬天。

烹饪法一例
刺身、冷鲜鱼片、寿司、煮鱼。



莱氏拟乌贼

身体透明美丽，在长崎也被称为水乌贼。肉质柔软，有甜味，活乌贼是餐厅里的顶级产品。

烹饪法一例
刺身、寿司、炒菜。

白带鱼

在五岛滩和对马海域周边能捕获规格恰好的白带鱼。银白色的鱼肉作为生鱼片烹饪时，使其成为餐桌上的一道美丽风景。

烹饪法一例
刺身、盐烤、煮鱼、炙烤鱼皮刺身也非常美味。



长崎之骄傲！

“丰富的大海给予我们的水产品”长崎的海是丰富多彩的鱼之宝库。



面对变幻丰富的海岸线的广阔海域，除了北上九州西方的对马暖流之外，还有来自济州岛方向的黄海冷水、沿岸水流入。由于很多岛屿和复杂的海底地形，让不同的水生物在此聚集，造就易于繁衍的海洋环境，因而形成了长崎县的自然渔场。





养殖

Aquaculture
Marine Products

长崎县的海岸地形错综复杂，有很多适合养殖的海域。作为高级鱼而闻名的红鳍东方鲀养殖产量居全国第一。另外，由于自然、地理条件良好，养殖蓝鳍金枪鱼的产量、上市条数均居全国第一。



真鯛
人工孵化的鱼苗培育的完全养殖。与野生相比，具有长期稳定的品质出货的优势。

烹饪法一例
刺身，寿司，盐烤，煮鱼头，清汤。



鲭鱼
新鲜的用于刺身。煮鱼或者盐烤也很美味。



大竹荚鱼
大竹荚鱼是竹荚鱼类中最高级的稀有食材。脂肪恰到好处，肉质绵密带有淡淡的甜味。

烹饪法一例
刺身，盐烤，煮鱼，法式黄油烤鱼。



竹荚鱼
使用在长崎近海捕获的鱼苗，在通潮良好的渔场养殖。其特征是肉质紧实，脂肪优质。

烹饪法一例
新鲜的竹荚鱼推荐刺身吃法，风干的盐烤做法也很人气。



牡蛎
在县内广泛养殖，冬季为盛季。营养丰富，被称为“海里的牛奶”，可用于各种菜肴。

烹饪法一例
可生吃，油炸或在火锅中烹煮。



红鳍东方鲀 No.1
经历过风浪席卷的肉质，有一种独特的口感。长崎县是日本最大的养殖红鳍东方鲀的产地，同时代表冬季的高级鱼类。

烹饪法一例
推荐河豚刺身，红烧，炸鱼，煮鱼锅。



日本对虾
近年的主流是可以稳定供给的养殖水产物。弹力十足的口感和淡淡的香甜充满魅力。

烹饪法一例
寿司，炸天妇罗的珍贵食材。

丝背细鳞鲈

养殖的丝背细鳞鲈比野生捕捞的大上一圈，肝脏大个饱满，在市场上有很高的价值。

烹饪法一例
透明感十足的薄片配上肝脏酱油，美味无比。



黄条鲷 No.1
外形与鲷鱼相似，味道也不亚于鲷鱼的高级鱼。通过一本钓捕获的天然水产品，但近年来养殖鱼也是很多。

烹饪法一例
含血量低，是制作刺身和寿司的理想食材。

蓝鳍金枪鱼 No.1

在清澈透明的长崎海域养育而成的蓝鳍金枪鱼，肉质紧致细腻，获得国内外的一致好评，蓝鳍金枪鱼的养殖产量日本第一的绝品。

烹饪法一例
寿司，刺身，金枪鱼盖饭，生吃都非常推荐。



鲷鱼
日本养殖产量最多的鱼。长崎县有很多适合养殖鲷鱼的潮流好的水域，是全国屈指可数的产地。

烹饪法一例
刺身，涮锅，照烧可制作多种料理。

长崎之骄傲！
每年举行一次养殖金枪鱼的刺身品鉴会。



自2012年起，由长崎县金枪鱼养殖委员会举办，为提高长崎县内养殖蓝鳍金枪鱼的质量和宣传推广。为了保持高质量的金枪鱼，专家和大约30名民众会对金枪鱼的味道、颜色和脂肪含量进行鉴赏审查。

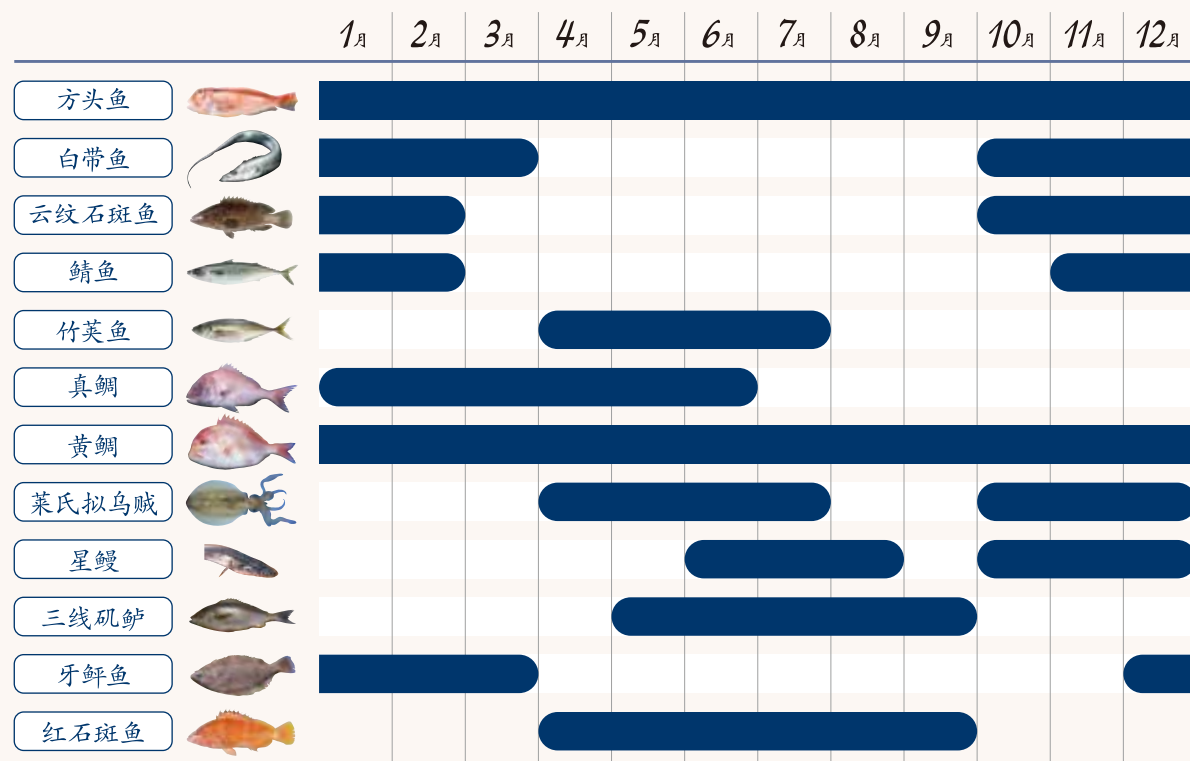


珍珠
长崎是日本主要的珍珠生产地区之一，在全国的份额超过30%。珍珠养殖始于1871年，因为它是日本第一个向明治天皇提供“圆珍珠”的地区。长崎县也被称为“珍珠的发祥地”。

四季佳肴，新鲜味美

长崎县海鲜应季日历

【野生】海鲜的最佳时期



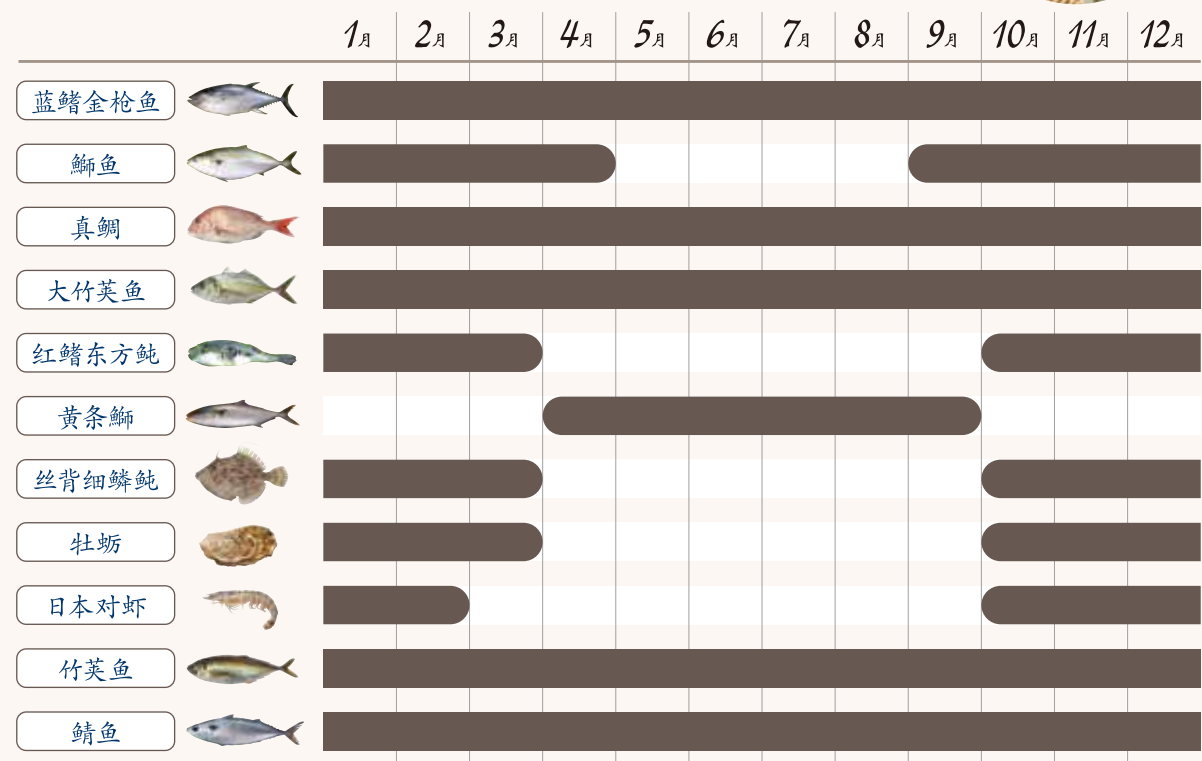
*一般根据年份和地区会有个体差异。

长崎拥有日本最丰富的鱼类资源，每个季节都有应季的海鲜，丰富的技术磨练出的绝顶美味。春、夏、秋、冬——一年四季都有不同美味的海鲜供您尽情享用。

每个季节都有不同美味的应季海鲜!



养殖水产物的出货时期



*养殖产品的出货时期是个大趋势，一些养殖户能够调整饲养期以满足各种季节的需求。

我们提供优质高级的丰富“海之幸”。



以专业的眼光甄选，提供高鲜度和高质量的海产品。

长崎鱼市场聚集了来自长崎县各地区的大量海产品。为了满足客户的不同需求，通过专业人员的鉴别，挑选出最新鲜和最优质的海产品。包装环节经过高度卫生管理的室温管理设施内进行，以保持鱼类最新鲜的状态出库、为海外客户提供新鲜、安全的海产品是我们的优势所在。



长崎市株式会社 多田社长



每一个生产者的高度意识和技术都是长崎海域的美味来源。

在长崎县64个渔业协同组合大约10,000名生产者，从事各种渔业活动，从捕鱼、织网、编筐、潜水到水产养殖。为了向我们的客户提供“安全、可靠和美味”的产品，我们努力保持高水平的新鲜度，强调在生产现场和分销温度下的活体加工。此外，我们在全日本率先实施“适合鱼农认证制度”，提供养鱼人的生产信息。



长崎县渔业协同组合联合会 高平会长

长崎县民喜爱的绝品特多！引以为傲的海产品 在丰饶的大海和历史中孕育而成的长崎饮食文化

日本屈指可数的水产县而闻名--长崎县，
精选优质鱼贝类为原食材制作成引以为豪的水产加工品。



AGO-DASHI

鲜度超群，美味十足

在长崎(九州)被称为“AGO”，长崎县是出产量丰富，从9月左右开始吹的北风来到长崎周边，到11月左右迎来“AGO捕鱼”的季节。飞鱼作为杂味的根源的脂肪分量少，能得到清爽高雅的美味的“AGO-DASHI”。

在长崎自古以来就有名的食材，也被用于五岛列岛的特产“五岛乌冬面”的汤和正月的年糕汤的汤汁。搭配拉面，是近年来人气上升中的食材。



长崎鱼糕

不同味道的长崎独自鱼糕

鱼糕在全国范围内一般以明太鱼为原料。在长崎加入竹荚鱼等、飞鱼、狗母鱼、沙丁鱼丰富多彩的原料制造，丰富的味道蔓延开来。



干货

大海的丰富性造就了优质的海产干货

以在长崎近海捕获的新鲜时令鱼介为原料的干物，种类丰富，风味也很好，从日常的餐桌到赠品也广泛登场。在长崎，竹荚鱼、三线矶鲈、飞鱼、菜氏拟乌贼、蓝银带鲱、梭子鱼等是常见的，颜色鲜艳的方头鱼、黄鲷、短尾大眼鲷等，被称作“色物”，是长崎干货的特征。



唐墨

日本三大珍品

“唐墨”是鲷鱼的卵巢干燥后的东西。长崎的“唐墨”与越前的“海胆”，三河的“海参肠”并列，被称为日本三大珍品，自古以来就被视为珍品。



虾多士

长崎特有的独特味道

用面包夹虾肉末作成油炸的料理。传统的味道中夹杂着快餐食物的美味。



晒干鱼

食材的鲜度至关重要。

长崎的海里有丰富的可以被用作原料的沙丁鱼。沙丁鱼干味道浓郁，是长崎的特产之一，在日本拥有最高的生产量。

继承扎根于历史和风土的饮食文化。



长崎俵物

17世纪末，装在草袋里发货的长崎高级海产品被称为“俵物”博得好评。与此相关的是“长崎俵物”。只有在学识经验者，消费者代表，水产加工行业，料理和流通行业的审查会上选出的绝品，才能被称作“长崎俵物”，是现在长崎的水产高级加工品的证明。



卓袱料理

卓袱料理是将中国、荷兰、葡萄牙等异国料理和日本料理融合而成的长崎特有的宴会料理。基本是盛在盘子里的菜围着圆桌吃饭的方式，据说这里面包含了“没有上座也没有下座”的意图。另外，最初一定会提供的是“尾鳍(ohire)”，是加入了鲷鱼的鱼肉和鱼鳍的汤。这包含了“一个人用整条鱼来招待”的意思。

提供高鲜度和安心

长崎的要场 长崎主鱼市场

在长崎县内,有在沿海和近海渔场捕获的新鲜海产品集结的产地鱼市场。每天渔业捕捞人员捕获的多种多样的海产品,通过现场的“竞拍”方式迅速发向日本国内、海外的流通网分配的据点。色彩鲜艳的鲜鱼在鱼市场的冰中闪耀的时候仿佛能真实感受到“水产品的宝库长崎”。



“长崎鲜鱼”,面向中国的出口品牌

长崎鱼市场 (长崎市)

咨询 〒851-2211长崎市京泊3丁目3-1
TEL +81-95-850-3600

场地面积约22万平方米的大型鱼市,是日本水产品产量最高的市场之一。新鲜的海产品有超过350种,不同的鱼类来自长崎县内各地。

市场有一个从出货到运输的系统,封闭的设施中,配备严格的卫生管理,不仅面向整个日本,而且还向海外市场供应安全和可靠的海产品。



海外发展

“长崎鲜鱼”品牌,将供应稳定的养殖鱼和各种季节性的野生鱼结合起来,以高新鲜度直接运往中国,品牌形象深入人心。



日本西部第一个通过欧盟HACCP认证的市场

松浦鱼市场 (松浦市)

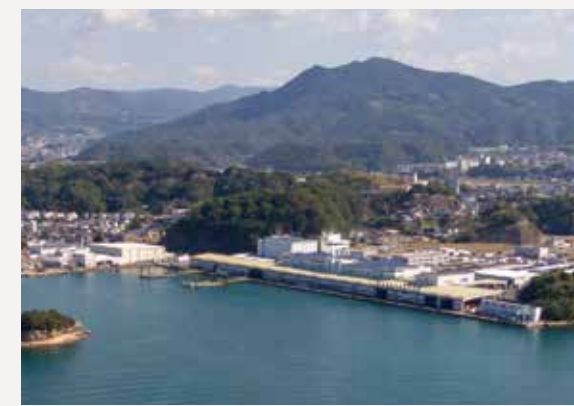
咨询 〒859-4598松浦市志佐町里免365
TEL 0956-72-1111

与邻接的日本远洋网渔业协同组合的冷冻库等连接,在设施内进行从上陆到挑选、卸货、冷冻、出货等流程,是日本第一个高度卫生化封闭型货物营销设施。2022年获得欧盟HACCP的设施认证,包括海外在内,建立了能够保障消费者安全、安心需求的体制。



海外发展

打造日本鲭鱼和竹荚鱼屈指可数的供给量,以高水平的卫生管理和冻结处理为优势,致力于海外市场的开拓。



面向美国的出口品牌“花美鲭”

佐世保鱼市场 (佐世保市)

咨询 〒858-0918佐世保市相浦町1563
TEL +81-956-48-6111

位于利亚斯式复杂的海岸和208个岛屿漂浮的九十九岛等,被屈指可数的好渔场包围的佐世保市,是创业100年以上扎根于当地的鱼市场。捕获鱼种繁多,有300多种以上,即使是批量难以统一的鱼,在场内的筛选、加工体制的基础上,也致力于开拓销售渠道,挑战与附近的养殖业者合作开拓美国的销路。



海外发展

养殖竹荚鱼、野生的石鲷、真鲷、三线矶鲈、章鱼、黄条鲷等。大规格的优质脂肪共存的品牌鱼“花美鲭”,作为空运的鲜鱼在美国广受好评。





富饶的大海，造就了丰富鱼类的宝库。 拥有丰富鱼种的长崎县。

长崎的海被岛屿和半岛所包围，具有高度的多样性，五岛滩、对马海峡、玄海滩、橘湾、有明海、大村湾和五岛西方冲地区的广阔海域等在具有不同特点的海洋环境中，鱼类种类繁多。形成了日本最好的渔场之一。



为保护富饶美丽的海洋
长崎县为实现可持续发展目标所做的努力。

为了确保未来可持续利用长崎的海洋资源，长崎县将与渔民合作，通过放流幼鱼、限制捕鱼尺寸、和建立禁渔区等措施来保护海洋资源。在沿海和内湾地区，渔民们正在主动改善渔业环境，通过保护活动，维持和恢复海藻群落作为产卵和生长地，且通过耕作海床改善海底环境。