

虎河豚

宗像的钟崎渔港是整个福冈县虎河豚（日语：torafugu）渔获最多的地方。人们认为，宗像海岸附近的汹涌海浪为肉质鲜美紧实的河豚鱼创造了有利的生长条件。

虎河豚在日本被视作珍馐。虎河豚在日语中简称“fugu”，以滋味鲜美、肉质紧实而闻名。虎河豚体内有一种强效神经毒素，这种毒素集中在肝脏和卵巢，因此，只有具备特殊证书的厨师才能处理这种鱼。河豚的制作方法特殊，这使其成为一道昂贵的菜肴。

人们通常生吃河豚。厨师会将河豚处理成极薄的生鱼片，然后精心摆盘成菊花状。在宗像，人们流行用豆腐和蔬菜打底的火锅（日语：tecchiri）来涮河豚肉。冬季是虎河豚的旺季。为抵御严寒，河豚会长出一层脂肪，所以此时的河豚肉口感更为丰富。每年2月至3月，宗像各地的餐馆为庆祝渔业丰收，会提供打折的虎河豚菜肴。