

팽생이모자반 덮밥

‘팽생이모자반 덮밥’은 양념한 해조류 위에 날달걀 등의 재료를 얹은 덮밥 요리로 유라초에서는 유명한 향토요리입니다. 요리명은 주가 되는 식재료인 ‘팽생이모자반(학명: *Sargassum horneri*)’에서 유래했습니다. 팽생이모자반은 갈조류에 속하며, 다른 해조류에 비해 영양가가 우수하다고 평가받고 있습니다. 특히 풍부하게 들어있는 다당체 후코이단은 암 치료와 피부 미용 등 다양한 건강 효과가 있는 것으로 알려져 있습니다.

팽생이모자반 덮밥은 유라초 부근의 숙박 시설과 시라사키 해양공원의 미치노에키(도로변의 휴게 시설) 내 식당 등에서 맛볼 수 있습니다. 가게마다 독자적인 팽생이모자반 덮밥을 제공하고 있으나, 주재료는 보통 백미와 현지에서 채취한 팽생이모자반입니다. 여기에 치어, 차조기, 매실장아찌, 아보카도 등을 토핑합니다. 그 밖에도 참마를 갈아만든 도로로나 낫토, 오크라 등 팽생이모자반처럼 끈적끈적한 식감의 재료를 토핑하는 경우도 있습니다.