

## 銅藻丼

銅藻丼是由良町的一道頗受歡迎的當地美食，蓋在米飯上的食材是用醬油調好味的食用海藻、生雞蛋和其他一些配菜。使用的食用海藻是一種名為銅藻（アカモク，讀 akamoku）的褐藻，與其他藻類相比，銅藻營養價值高，含有高濃度的褐藻醣膠多醣體，具有美化皮膚、抗癌等功效，因此備受推崇。

由良地區的餐廳或旅店都有供應銅藻丼，也包括白崎海洋公園遊客中心的餐廳。每家的銅藻丼都有其特色，但主要材料都是米飯和當地採收的銅藻。配菜可以有很多變化，如小銀魚、紫蘇、醃梅、酪梨，也可加上具有與銅藻同樣粘稠質地的山藥、納豆、秋葵等。