

食文化研究家・清 紗衣

味わいふれあい 出会い旅

正月を彩る恵みの魚 【鮭の焼漬け】

食文化研究家のわたくし清 紗衣が、日本各地の郷土食を巡る旅。新年最初訪れたのは、鮭の伝統料理が有名な新潟県村上市。鮭の頭から尻尾までを余すことなく食べる食文化を学びに伺いました。

文 清 紗衣 写真 川瀬正吾 イラスト 茂田麻衣

第8回
新潟県村上市

鮭の生態と文化を学ぶ 日本初の鮭博物館

イヨボヤ会館

三面川の分派(みんぱい)川に遡上してきた鮭や、卵の人工孵化の様子を見近で見られる。とにかくイカなど他の魚と一緒に泳ぐ立派な鮭の姿に感動。近くの三面川には、2艘の船で網を操り、もう一艘がその網に鮭を追いかむ「居縁網漁」や、大きな針を鮭に引っ掛けで獲る「テンカラ漁」が行われており、時間によっては見学も可能。

イヨボヤ会館



徒歩15分

越後村上うおや



越後村上三ノ丸流 塩垣引き道場



越後村上三ノ丸流
塩垣引き道場

城下町だった村上では武士が多く、切腹を嫌ったため、腹を割かずに斬首を取り除く「止め腹」という方法で塩垣を作っていた。その伝統手法「越後村上三ノ丸流」の塩垣引き鮭作り、地元の名人たちが伝授。毎年冬に開講され、経験を積めば段位の授与も。イヨボヤ会館にて行われる

かいこなさい
鮭魂祭

11月11日を「鮭の日」(鮭は魚へんに十一と書いたため)と制定。村上の暮らしをえ、文化を育んだ方に感謝と敬意をこめて、鮭の魂を供養する「鮭魂祭」が村内の神社で行われている。鮭の命を大切にいたいたきた地域の人々の思いが感じられる

徒歩5分

寒風が育む味 塩引き鮭の 伝統を守る 魚屋

越後村上うおや



塩引き鮭を作る工場「鮭こうば」では、右頁の写真のように数多くの鮭が吊るして干していた。干し場では乾燥機は使わず、天然の寒風が吹き抜ける構造に。塩引き鮭やハラコ、カズワコを麹で仕込み、2週間かけて手作りする飯寿司も好評。飯寿司は村上のお正月に欠かせない料理で、ウツサイトからも取り寄せ可能。

1945年、戦争で焼けた鮭の骨をも支えていた。千葉では乾燥機は使わず、天然の寒風が吹き抜ける構造に。塩引き鮭やハラコ、カズワコを麹で仕込み、2週間かけて手作りする飯寿司も好評。飯寿司は村上のお正月に欠かせない料理で、ウツサイトからも取り寄せ可能。

塩引き鮭を作る工場「鮭こうば」では、右頁の写真のように数多くの鮭が吊るして干していた。干し場では乾燥機は使わず、天然の寒風が吹き抜ける構造に。塩引き鮭やハラコ、カズワコを麹で仕込み、2週間かけて手作りする飯寿司も好評。飯寿司は村上のお正月に欠かせない料理で、ウツサイトからも取り寄せ可能。



鮭の生態と文化を学ぶ 日本初の鮭博物館



本格的に寒くなる季節、新潟県北部の村上市を流れれる三面川には、卵を控えた多くの鮭が遡上してきます。そんな村上の自慢は、100種類以上もあるという鮭の伝統料理。卵を控らし、頭から尻尾まで食べつくすと聞き、さつそく訪ねました。

最初に何つたのは、村上に誇る鮭の歴史と文化を学べる日本初の鮭の博物館、イヨボヤ会館。「イヨボヤとは村上の方言で鮭のこと。江戸時代に青砥武平洋という村上藩士が、生まれた川に帰る鮭の習性に着目し、画期的な鮭の自然ふ化繁殖に成功しました。それから17年にかけて、塩垣が増え、明治17年に47万尾という漁獲数を記録。彼がこの地の鮭文化の礎を築いたと言えますね」と館長の奥村芳人さん。

豊かな鮭は、人々の貴重な食べ物

となるだけではなく、村上藩の財政をも支えていたそうです。

続いて、地元でされる魚屋「越後村上うおや」へ。こちらでは、村上を代表する鮭料理「塩引き鮭」作

りを見学しました。エラや内臓を取り除いた後、ウロコの間に塩を力強くこすりながら、寒風に7日間漬けます。

「塩引き鮭は、干している間にうまみが増します。独特の気候風土が育んだ、塩鮭とはひと味違う食品です。大晦日の年取り魚としても有名で、お正月には貴重な一のヒレ(胸

びれ)を年神様にお供えします。その後、家の主人のお膳にのせるのがしきたりなんですよ」と店主の上村

隆史さん。立派な塩引き鮭が、今年も家族に幸せを運ぶのですね。

清 紗衣 (きよし・あや)

大阪府出身。日本各地の農山漁村を訪ね、伝統的な食文化や暮らしについて、調査研究を行なう。日本の食文化を次世代へ継承するために、執筆、講演など、さまざまな形で活動中。



鮭の焼漬けの作り方

●材料(約3~4人前)

生鮭……4切れ
昆布……5cm分
しょうゆ……200ml
みりん……100ml

※下ごしらえ

●鮭をさばく場合は、三枚におろしてお。

●しょうゆに昆布を浸して、昆布つゆを作ておく。



生鮭の切身を8cm角ほどに四角く切る。



オーブントースターでや魚焼きグリルで、鮭の身を白焼きにする。



昆布つゆとみりんを鍋に入れ、沸騰させる。



熱々の鮭の白焼きを、沸騰した3の濁けダレに入れる。火を止め、そのまま1時間から一晩ほど漬しておけば完成。

濁けダレを沸騰させてから鮭を入れてね



①イヨボヤ会館

新潟県村上市塙町13-34
☎0254-52-7117

②越後村上うおや

新潟県村上市大町4-3
☎0254-52-3056

③六斎市

新潟県村上市三之町(おしゃぎり会館前の通り)
☎0254-53-2111 (村上市役所)

④割烹 吉源

新潟県村上市寺町4-18
☎0254-52-2155

鮭料理の名人が手軽な焼漬けの技を伝授

なめた甘露煮

本間さんがさばいてくれた鮭は、川を週上して来たメスで、一般には漁獲しないもの。川に入る鮭はエサを食べなくなり身が白くなる。焼漬けは最も簡単に作れる鮭料理の一つで、日々の食卓からお弁当のおかずとしても人気。鮭の内臓は「なわた」と呼び、甘露煮にして食べる。他にもたくさんの鮭料理を作っていたいたい

村上市食生活改善推進員の本間キトさん



鮭の焼漬け



割烹 吉源

ほほ肉のボイル

川煮

塩引き鮭

酒ひたし

割烹 吉源

徒歩10分

本間キトさん

なめらか

なめらか

なめらか

なめらか

なめらか

頭から尻尾まで余すところなく鮭を堪能

すっぽん煮

白子の煮製

めふん

水頭なます

鮭味噌

白子ポン酢

卵皮煮

塩引きせんべい

酒ひたし

割烹 吉源

なめらか

なめらか

なめらか

なめらか

なめらか

なめらか



ちよこっと寄り道

おしゃぎり会館(村上市郷土資料館)前の通りで毎月6回開催される六斎市は、100年近く歴史のある市場。早朝から100軒以上の店舗が並び、地元の人たちの声も暖やか。野菜や山菜、手作りの絹糸や日用品から鮭の店も試食を勧められ、店の人の会話を楽しんで長居していました



六斎市へ!

2月7日(土)

6月7日(土)

10月7日(土)

12月7日(土)

次に立ち寄ったのは、朝からにぎわう「六斎市」。毎月6回開催され、続いて、村上伝統の鮭料理を味わうことができる老舗「割烹 吉源」へ。地元の人たちの憩いの場です。それが、鮭が捨てるところがないんです」と話す。六代目の吉田昭一郎さん、「川煮」は生き鮭の胴体を輪切りにして味噌煮たもの。鮭のミンチとともに芋を合わせた生地に、ハラコ(鮭の卵)を混ぜ吸い物に入れ、卵皮煮にします。「水頭なます」は厚めでやわらかくして、頭の軟骨に入れています。背わたは「めふん」という言葉で、「頭の軟骨を皮に包んでやわらかくして、頭の軟骨を入れて乾燥させるとジャーベーのようになります。それをスラッシュして、香りづけに酒をふりかけて食べるのですが『酒ひたし』です。この珍味はもともと夏祭りやお盆のものでなし料理として愛されてきました。味はもちろん、こうした独特の食文化を育んだ背景もさぞちゃんと伝えていきたいで

すね」と吉田さんは言います。

吉田さんは、5年、うおやの上村さんと一緒に、毎月6回開催される六斎市で鮭料理を再現。鮭の新たな食べ方を考案するなど、次世代へ食文化を伝えることを取り組んでいます。

私も鮭料理を作ってみたいと思い、地元で郷土食の指導をしている本間キトさんのもとへ。家庭でも作りながら、鮭をとった後の鮭が安価で手に入るので、冬はそれを調理していただきます。川の鮭が好き。海の漁が好きな私は、海で泳ぎたい。地域によって鮭の好みも違うよ」と話しながら、鮭を豪快にさばく本間さん。

焼漬けは生鮭を切り分け、香ばしく焼いた後、熱々のまま焼けダレに浸します。その味をよく味わえるそう。作りだれの味が大事。漬ける時間で味も変わらし、砂糖を入れて甘めにする人もいるのです。自分好みの味を見つけてみてね」と本間さん。

村上の見事な鮭文化に思いを馳せながら、ぜひ自分の味を探してみた