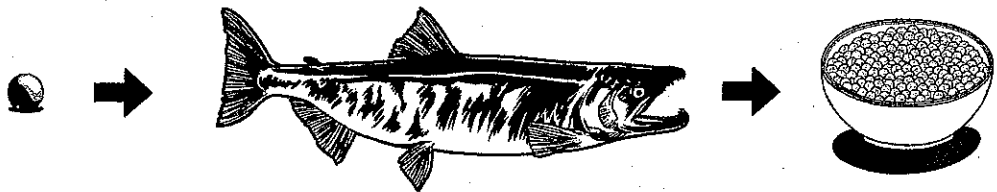


別冊

# 花館の サケの 歴史

伝統料理編

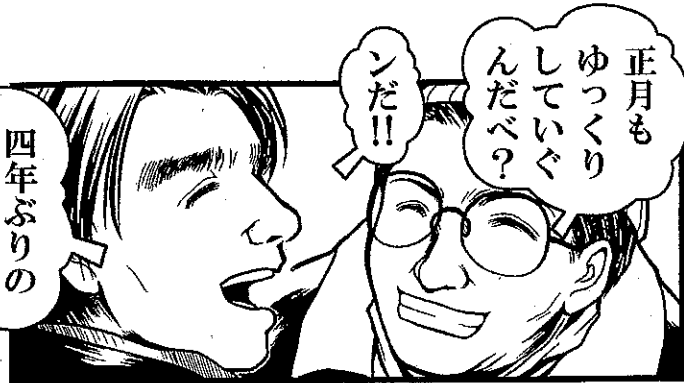


12月下旬



久しぶり!!

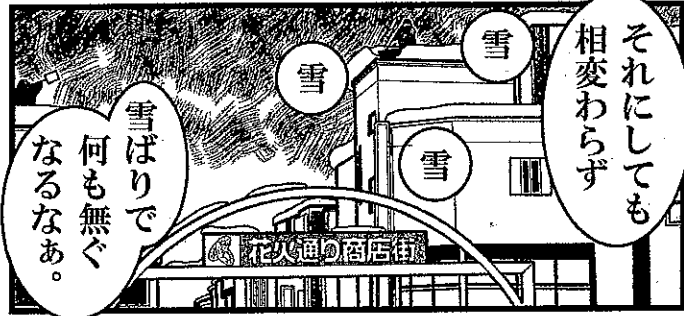
よー!!



正月も  
ゆっくり  
していぐ  
んだべ?

んだ!!

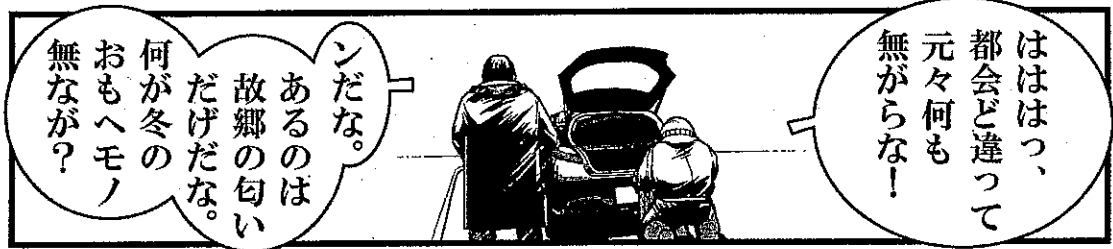
四年ぶりの  
帰省だぞ



それにしても  
相変わらず

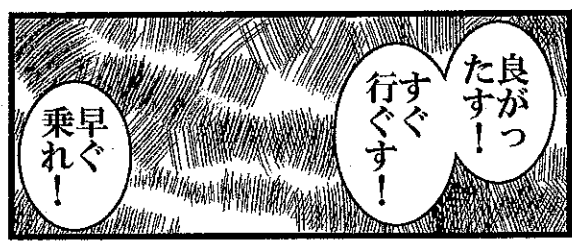
雪  
雪  
雪

雪ばかりで  
何も無く  
なるなあ。



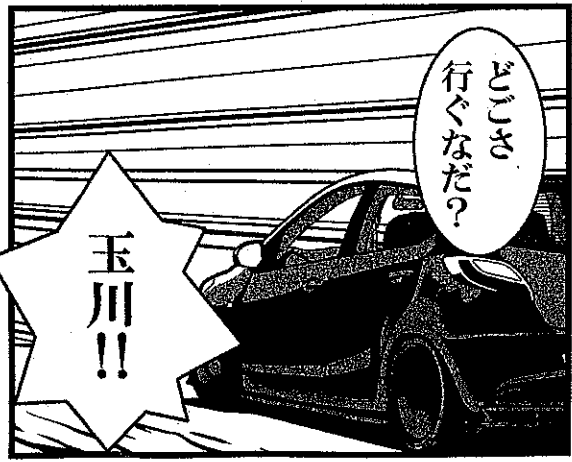
はははっ、  
都会ど違つて  
元々何も  
無がらな!

んだな。  
あるのは  
故郷の匂い  
だけだな。  
何が冬の  
おもへモノ  
無なが?



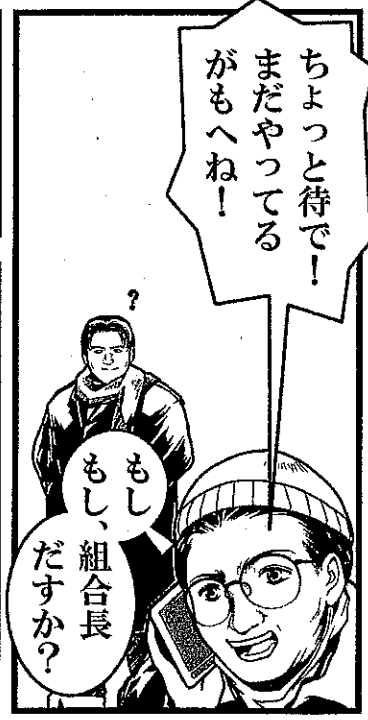
良がつ  
たす!  
すぐ  
行くす!

早く  
乗れ!



どこさ  
行くんだ?

玉川!!



ちよつと待で!  
まだやつてる  
がもへね!

もし  
もし  
組合長  
ですか?

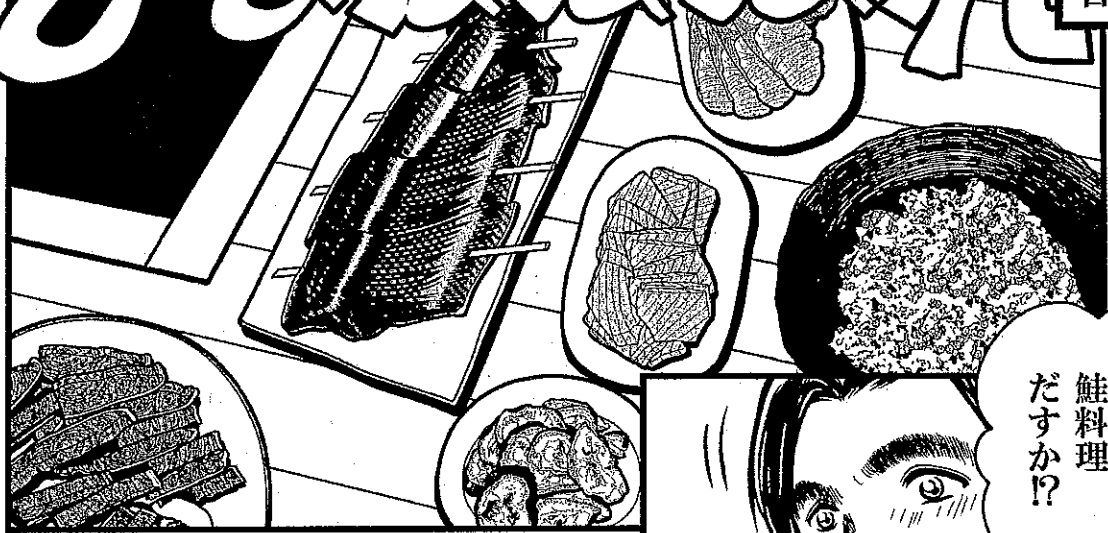


急におもへモノ  
つたてなあ...



# ばあああん!!

一月三日



うわあっ!!  
これ全部  
鮭料理  
ですか!?

みんな  
玉川産?

まず食

んだ。



んだべ!  
昔から工夫して  
受け継がれてきた  
料理だから!

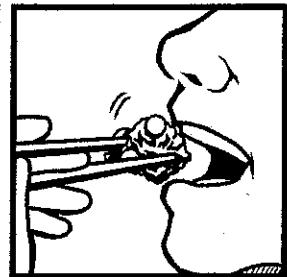
うめすっ!!  
こんな料理  
初めて  
食ったす!!

がはは



いただきます。

紅葉漬



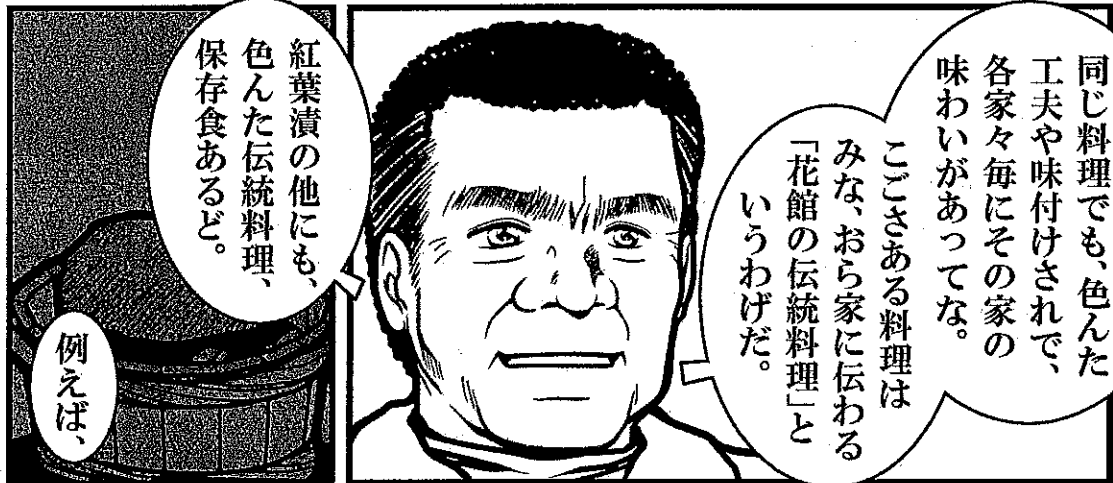
ピク



貴重なタンパク源  
だったんだよ。

内陸で生魚どし  
食えるのは、  
その時期だけ。

昔は鮭上って  
くれば、みんな  
興奮して川さ  
走ったもんだ。

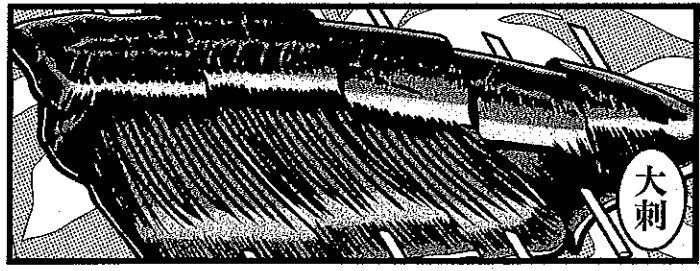


紅葉漬の他にも、  
色んな伝統料理、  
保存食あるぞ。  
例えば、

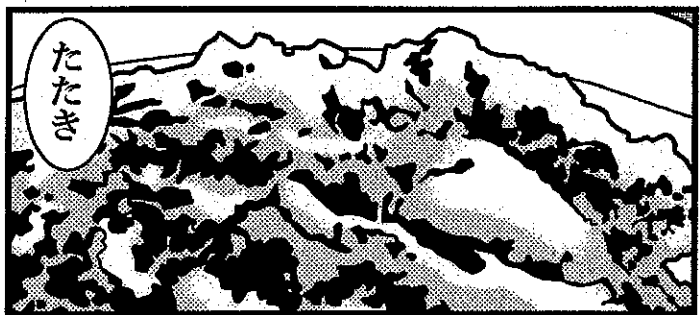
同じ料理でも、色んな  
工夫や味付けされて、  
各家々毎にその家の  
味わいがあったな。  
ここさある料理は  
みな、おら家に伝わる  
「花館の伝統料理」と  
いうわけだ。



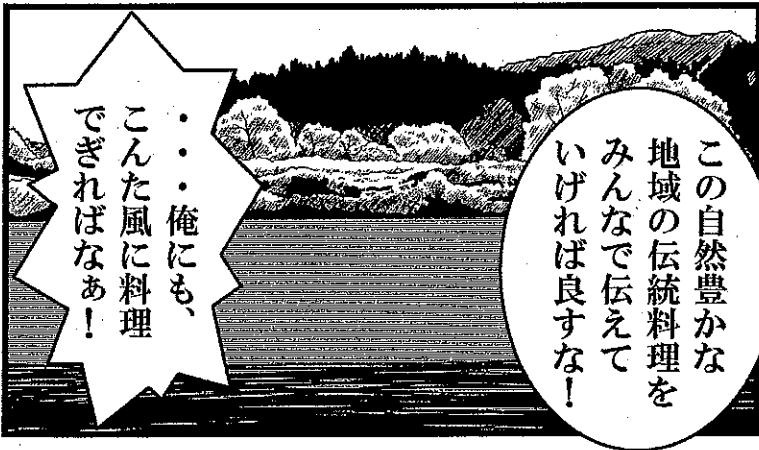
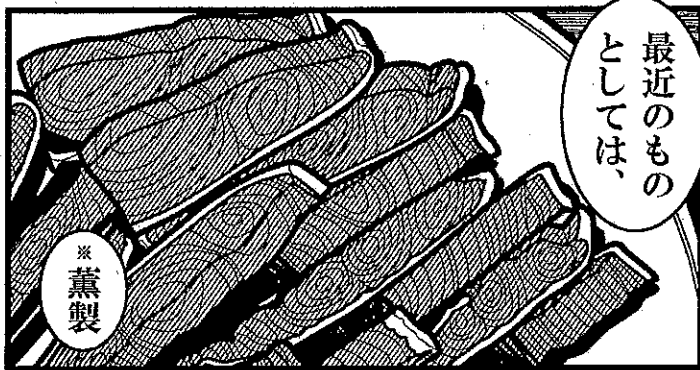
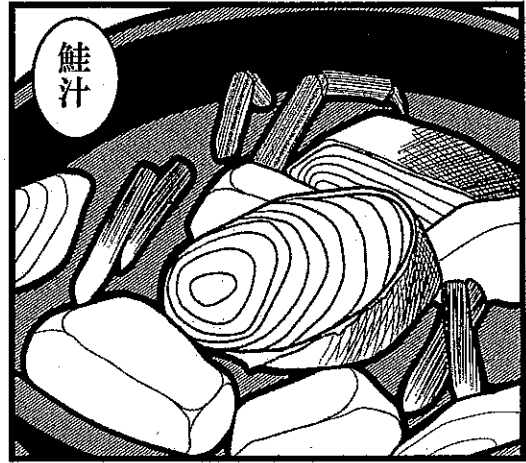
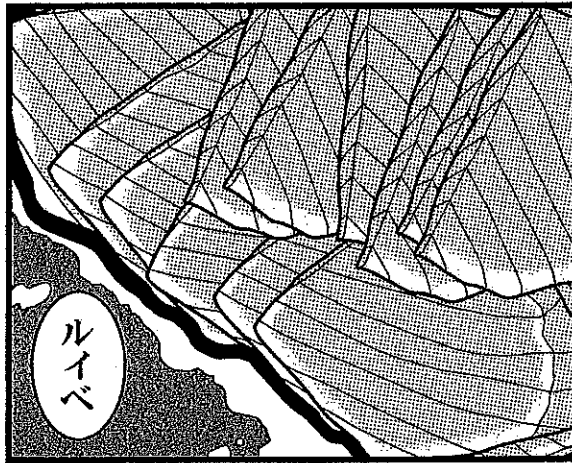
水頭なます



大刺



たたき



※ 薫製と言えば、鮭の身を塩水に漬けてから寒風で干した「トバ」をイメージしがちですが、内陸で作るには難しい問題があります。この薫製は、内陸で作るための製法として、「いぶりがっこ」の技術を用いて作られています。



### 身

料理：紅葉漬、大刺、鮭汁、ルイベ、薫製等

栄養：カルシウム、ビタミンD

DHA、EPA(血液サラサラ、動脈硬化・心筋梗塞・脳血栓の予防等、DHAには脳の働きをよくする効果) アスタキサンチン(老化防止、悪玉コレステロール除去)

### 鮭は栄養満点!!

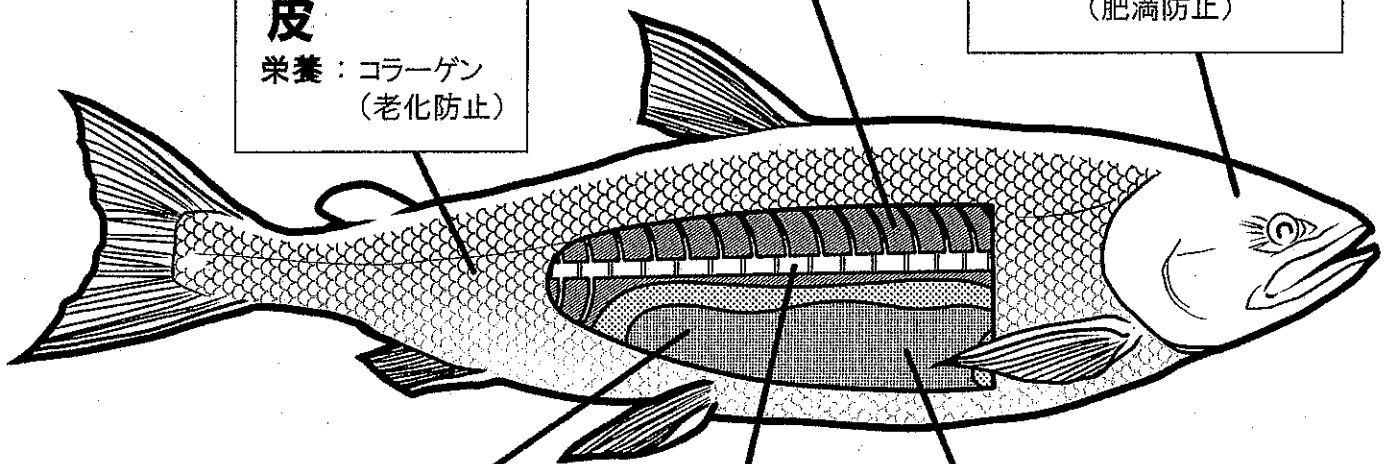
### 頭

料理：氷頭なます等

栄養：コンドロイチン硫酸 (肥満防止)

### 皮

栄養：コラーゲン (老化防止)



### 白子

栄養：DHA

プロタミン(ダイエット、糖尿病改善、免疫力アップ)

### 中骨

料理：たたき等

栄養：カルシウム  
DHA

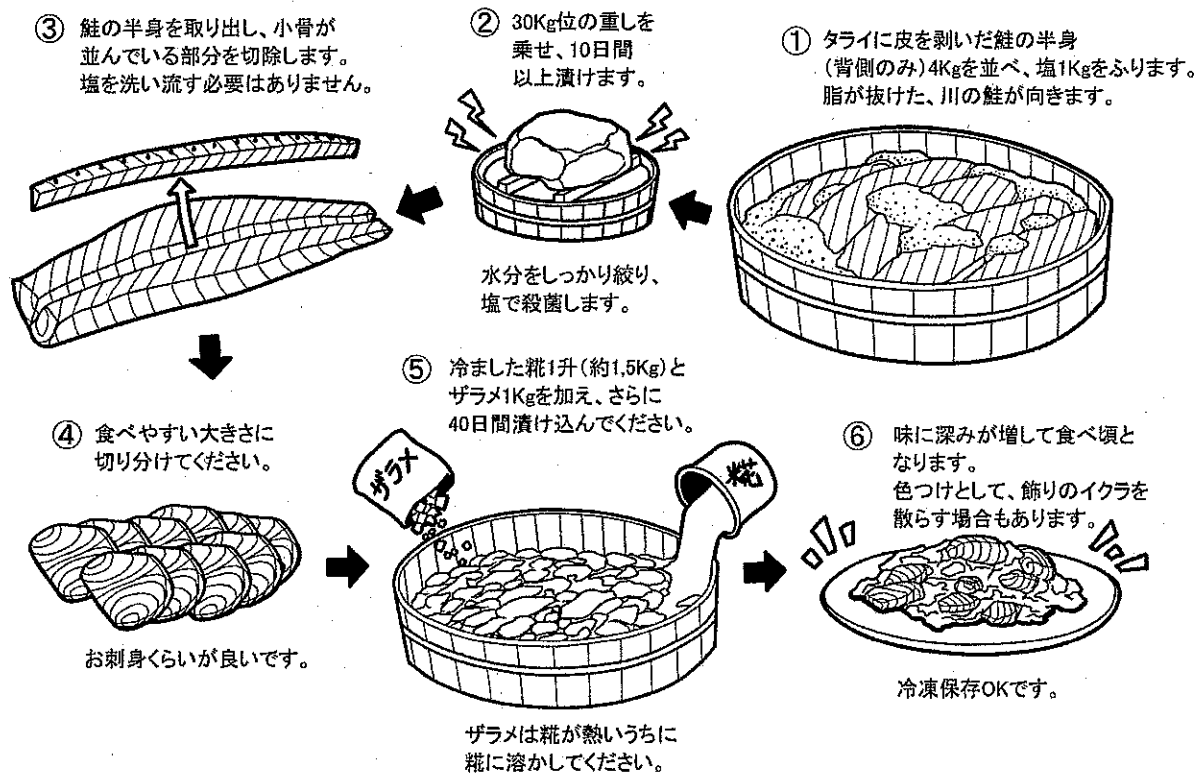
### 卵

料理：イクラの醤油漬等

栄養：ビタミンB1(スタミナ)  
ビタミンE、セレン(老化防止)  
DHA、EPA  
アスタキサンチン

# 紅葉漬

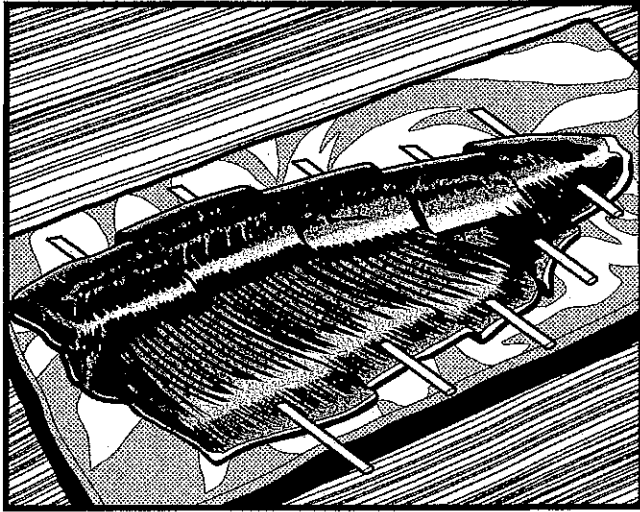
お正月に欠かせない、百二十年も続く伝統の味。



## 糀の作り方

スーパー等で売っている糀1升到水1升を加え(たばたばになるかならないか程度)、炊飯ジャーで10~12時間保温して作ってください。潰れるか潰れないか程度の出来上がりが丁度良いです。この糀が鮭のタンパク質を旨み(アミノ酸)に分解し、塩みが消えます。





# 大刺

鮭を焼きあげたもの。

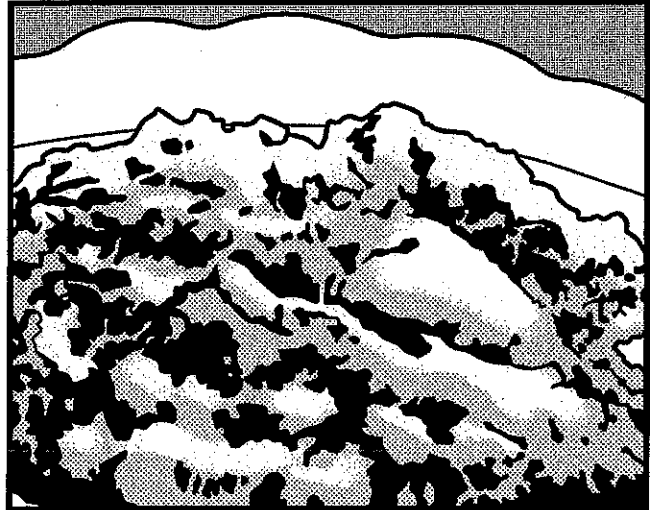
鮭を三枚におろしてから大きめに切り分け、醤油と味噌に半日漬けておいたものを串に刺して焼きあげます。

# たたき

三枚におろした残り(ザッパ)と味噌を合わせて叩いたもの。

ザッパと、その1/3の重さの焼き味噌(冷やしたもの)と合わせて、細かく叩きます。

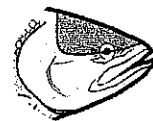
焼き味噌を使うと、香ばしさが活きます。



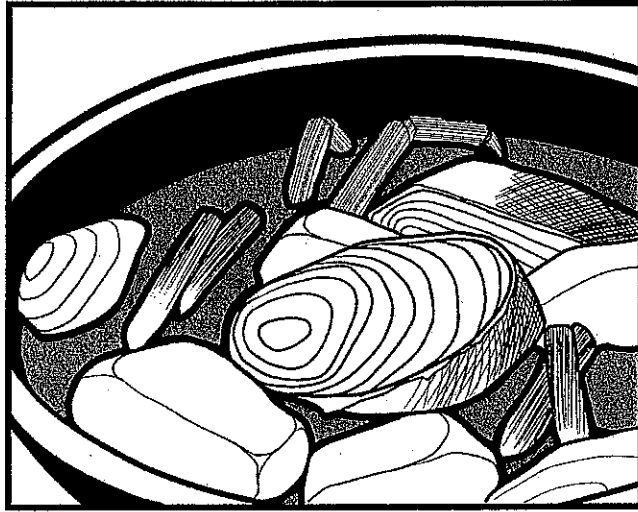
# ひ ず 氷頭なます

鮭の頭部、上あごの上の部分を薄くスライスし、なますにしたもの。通称、ゼラチンと呼ばれます。

下図の網かけ部分から目を除き、2mm位にスライスし、お酢に3日漬けます。



なますにしないで、スライスしたものに塩胡椒をふって焼いても美味しいです。



# 鮭汁

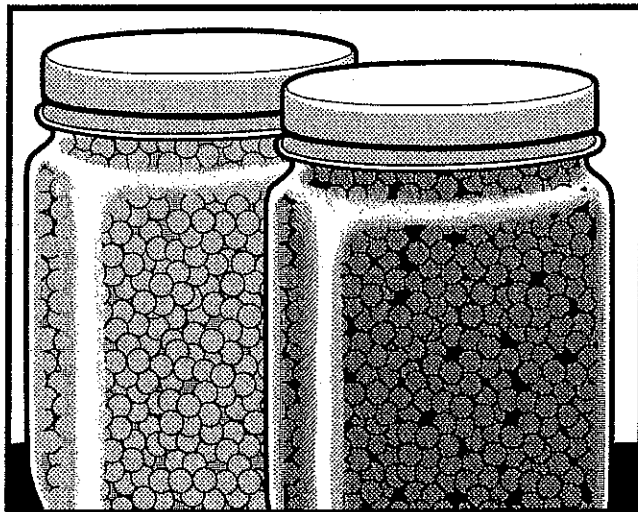
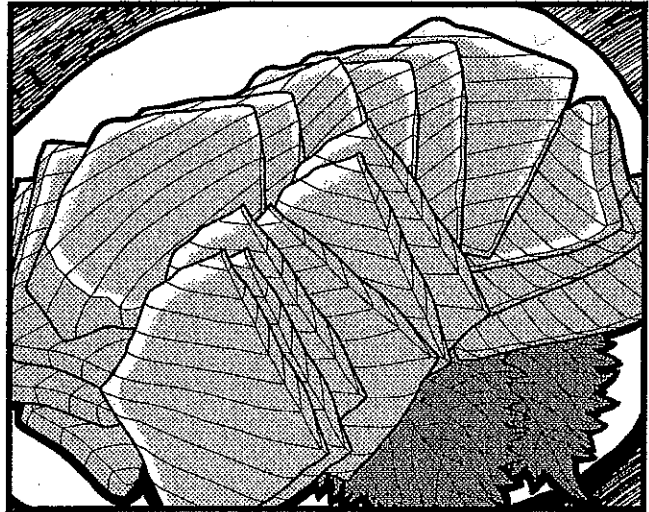
鮭のザッパ、身、その他様々な季節のものを煮込んだ汁です。

頭部鮭の身を冷凍しておいて、別の時期に作ることもできます。

# ルイベ

アイヌ民族由来の、刺身状の料理です。

鮭の身を $-20^{\circ}\text{C}$ 以下で24時間以上凍らせ(冷凍殺菌)、これを半分位解凍したものを、刺身状にスライスします。



# イクラの醤油漬 イクラの塩漬

鮭の卵を醤油と酒、又は塩で漬けたもの。

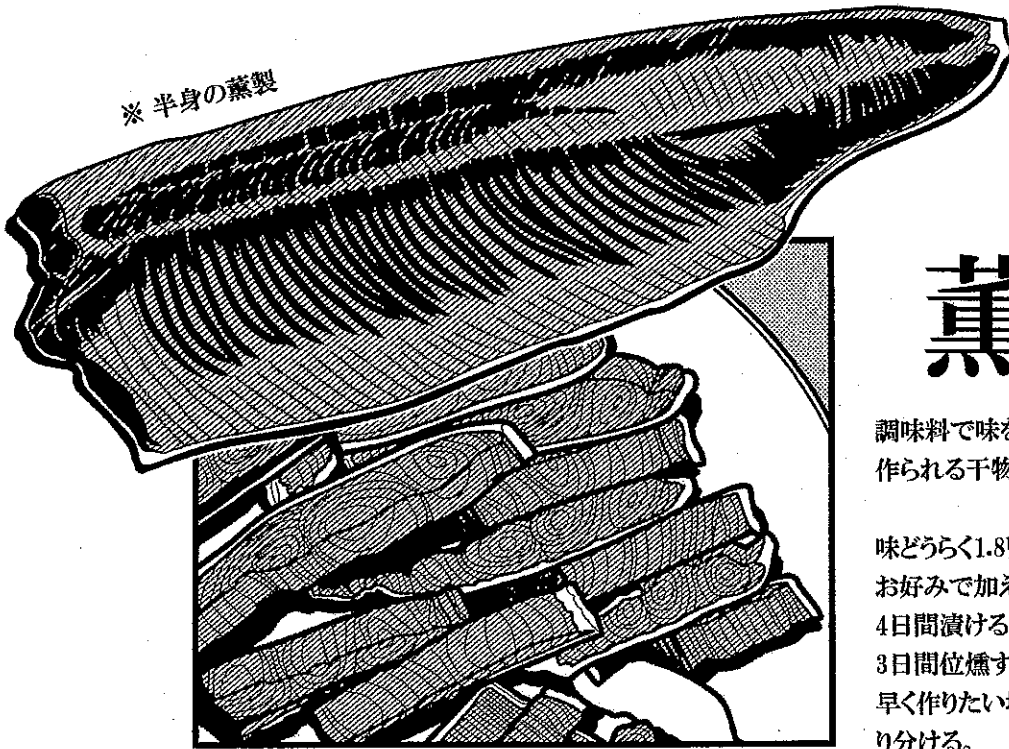
醤油と酒の場合、割合は8:2です。

3~4日間漬けます。

完成後は冷凍保存することができます。

なお、イクラとはロシア語での呼称で、昔はハララゴと呼ばれていました。

※ 半身の薫製



# 薫製

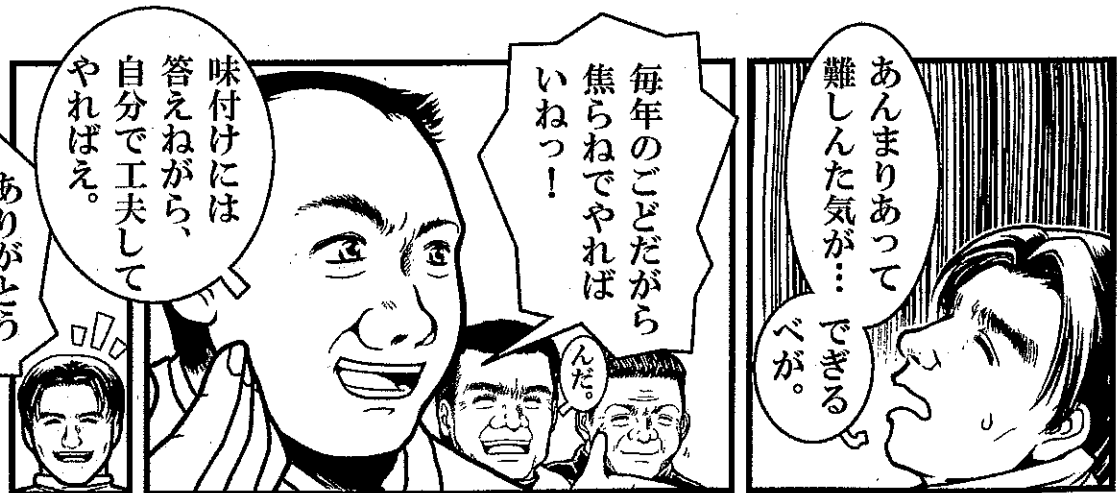
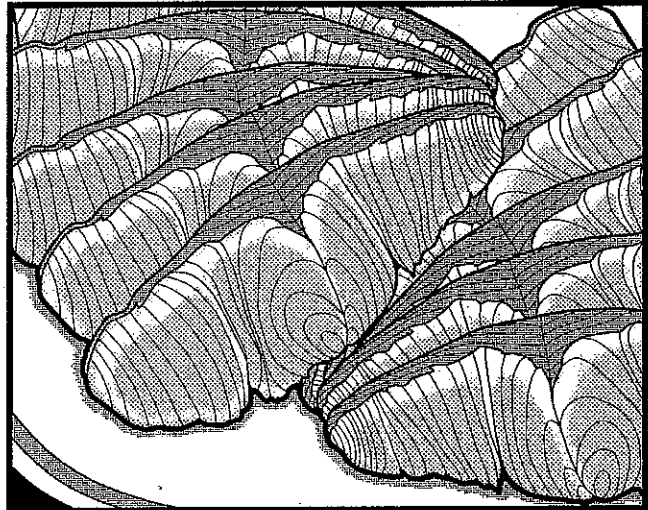
調味料で味を付けた鮭の身を燻して作られる干物。スモークサーモン。

味どうらく1.8リットルにキムチのもとをお好みで加えたもの、鮭の切り身を4日間漬ける。これを、サクラチップで3日間位燻す。早く作りたい場合は、鮭を小さめに切り分ける。

## スモークサーモン生ハム風

スモークサーモンを生ハム風にスライスしたもの。

鮭の切り身を塩に漬け、3日間、10Kg位の重しを乗せて水分を抜く。これを薫製シートで巻き、1~3日間おく。その後、スライスする。



## 製作にあたって

鮭の営みの出発点、終着点は生まれ故郷の川にあります。

人と鮭の関わりの歴史は古く、縄文時代の遺跡からは鮭漁の痕跡が、貝塚からは鮭の骨が発見されています。昔の人々は主に川で鮭を捕り、貴重な食料にしていたと考えられています。近年においても、流通、冷凍技術等が発達するまで、川の鮭は貴重品でした。

現在、食される鮭のほとんどは海で漁獲されたものですが、それらの鮭も川で誕生し、海で大きく育ったものです。

鮭は海の恵み、海の幸である印象が強いかもかもしれませんが、海から帰ってきた鮭が繁殖・産卵できる生まれ故郷の清流があればこそ存在し、また、食卓にのぼるのです。

鮭の採捕・ふ化放流事業は鮭の生まれ故郷の川で、鮭の営みの継続、人の食料としての鮭の再生産を支えていることを知っていただければ幸いと存じます。また、事業活動を通じて、鮭が繁殖・産卵できる清流をはじめとする環境の維持の一助になればとの想いととも日々、活動しております。

## ご協力者・参考文献

雄物川鮭増殖漁業生産組合

〃

〃

組合の記録

サケは海からの贈り物

三浦 尚 組合長理事

佐々木 豊 代表監事

寺村 徳昭 理事

雄物川鮭増殖漁業生産組合

社団法人 本州鮭鱒増殖振興会

平成25年10月16日

別冊 花館のサケの歴史 伝統料理編

原作・漫画 株式会社 丸茂組

本著作に関する著作権は株式会社丸茂組が所有します。  
Copyright © 2013 by Marushigegumi Corporation.