

東北食べる通信

2014

12 月号

taberu.me

世なおしは、食なおし。

特集

漁村に咲く
暮らしの灯火

食

青森県佐井村の
漁師さんたちが獲った

みずだこ

水蛸

東北食べる通信

漁村に咲く暮らしの灯火

特集
水蛸

本州北端の青森県下北半島西側に位置する佐井村はその昔、痩せた土地ゆえに自給自足が困難だったため、地域資源を外に売ることに活路を見出だしていた。平地の少ない佐井村は野菜や穀物の生産量こそ乏しかったが、山には秋田スギ、木曾ヒノキと並ぶ日本三大美林のひとつ、青森ヒバが豊富にあった。戦国時代、建築材として最も耐久性に優れるヒバは、各地の大名が城を新築・修理する際に重宝された。ヒバは、加賀能登、越前越中の北陸地方へと積み出され、佐井村の港は商船で大いに賑わった。

安土桃山時代に入り、関ヶ原の戦いに破れた豊臣方の落人が佐井村に多く移り住んだ。最果てにある佐井村は、隠れ場としてうってつけの場所だった。徳川幕府の時代になると、買積み廻船の“北前船”の登場でますます交易が盛んになり、ヒバの他、昆布や布海苔などの海藻類、鰯かす、魚油が能登、金沢、越前、若狭、小浜に運び出され、加工され、大阪などで売りさばかれた。帰りは、空になった船に米、味噌、醤油、麦、稗（ひえ）などの食糧や衣服、畳、むしろ、仏具、墓石などが積み込まれ、佐井村に運び込まれた。

ヒバの切り過ぎに泣く

その頃、江戸や京都では大火が頻発し、青森ヒバの需要が急速に拡大。幕府に差し出す木材、江戸の南部藩邸再建の建築材として、佐井村の山々から切り尽くされる勢いで木々が伐採されていった。荒れ果てた山に大雨が降ると、川が氾濫し、町中が大きな水害に見舞われることもあった。事態を重く見た当時の南部藩はヒバの保護に乗り出し、主なヒバ山を藩有林とする留山（と

めやま）制度を導入。代官所で入札を得なければ伐採できなくなり、切り出す際には税を課すなど、ヒバの切り出しに厳しい制限が加えられた。ヒバで生計を立ててきた住民たちは途方に暮れ、仕事を求めて対岸の北海道の松前に渡った。その数は住民の半数に及び、松前には佐井村から移住してきた住民たちでひとつの町ができるほどだった。残った住民は食糧もなく、ワラビの根のでんぷんを食べて生き延びた。

明治維新が起こり、近代化の幕が開けると、東北本線や奥羽本線が開通し、交易の経路は海路から陸路へ移り変わっていった。下北半島の玄関口として栄えた佐井村は、やがて最果ての地へと押しやられていった。明治新政府軍に戊辰戦争で最後まで抵抗した会津藩は降伏後、辛うじて家名再興を許されるが、あてがわれた土地は、この最果ての地、下北半島だった。会津藩主の松平容保の実子、容大が跡継ぎとなり、下北半島各地に散らばったかつての会津藩士たちを激励に訪問した際、佐井村にも立ち寄っている。風雪厳しい痩せた土地で飢えに苦しみながら閉居していた会津藩士たちは、まだあどけない容大の姿を見ると、会津時代を懐かしみ、すすり泣いていたと伝えられている。

留山制度導入後、南部藩は産業構造の転換を図ることで、佐井村を再生させようと、三陸の宮古から漁師を招き、アワビや海草類、回遊魚を獲る技術を村に残った住民たちに教えさせた。また、対馬海流と千島海流がぶつかる豊かな漁場を回遊する魚を、一年中安定的に獲ることができる大謀網（だいぼうあみ）などの導入も行われた。佐井

村の漁業はやがて基幹産業に育ち、今から20年ほど前までは、獲れば獲るほど儲かった。多くの住民が漁師として生計を立て、中には御殿を建てる漁師までいたという。

漁師が受け継ぐ 漁村歌舞伎

上方との交流の名残が今もなお残っている漁村集落がある。佐井村の福浦地区だ。ここには、全国的にも例がない漁村歌舞伎が130年の長きに渡り、漁師たちによって受け継がれてきた。明治23年、福浦に招かれた上方の歌舞伎役者、中村菊五郎・菊松夫妻が、集落に暮らす全14戸を2年間かけて指導することで生まれた漁村歌舞伎。ひとつの役を一家で代々受け継ぐこの歌舞伎は当初、台本なしの口伝による継承だったことから、独特の方言がそのまま台詞として受け継がれ、漁師が演じる歌舞伎を住民が鑑賞しては、抱腹絶倒する、誰からも愛される娯楽だった。

私が取材に訪れた11月29日夜、福浦の神社で、神無月に出雲に旅立ち、この日戻ってくる神様を迎えるお祭りがあった。その神事の後の酒席“直会”（なおらい）の席で、福浦芸能保存会二代目会長の田中徳助さん（79）は、福浦歌舞伎の演目のひとつ『義経千本桜』の弁慶の台詞の一節を朗々と吟じ始めた。中学卒業後に歌舞伎を始め、65歳で引退。以来、14年間も舞台から離れているが、今もスラスラと台詞が出てくる。「先輩から台詞を聴いて書き留め、それを持って集まって、師匠の前で練習して覚えた。舞台はいつも満員御礼。そりゃ演じて

いて気持ちよかった」。徳助さんの時代は漁師も高く、集落には活気があった。年に一度の歌舞伎の舞台も、役者に、聴衆に、集落の人たちがみんな参加し、心から楽しんでいたという。

同保存会四代目会長の田中均さん（53）も若いころ、同じような活気の中で暮らしていた。海に出れば魚はいくらでもいる。魚の値段も高い。暮らしは豊かだった。歌舞伎もひとつの演目で“花”が20万円も舞台に投げ込まれるほど盛り上がっていた。観客席がうるさくて、ビデオを撮影していても役者の台詞が聞こえないくらいだったという。ところが、この20年で状況は一変したと均さんは言う。

「今は、漁師じゃなかなか食っていけない。子どもにも継げとはとても言えない。漁獲高は減り、漁師も下がり続けている。かつては儲かって仕方なかった魚、小女子（こおなご）も資源管理で禁漁となってしまった。海が荒れる冬場は仕事にならないから東京に出稼ぎに行く漁師も多い。多いときで30人いた歌舞伎役者も今じゃ7人しかない。歌舞伎を残していくために芸能保存会ができたが、正直、最近では機能していない。新任教員やUターンした若者に役者をやってもらったこともあるが、結局、出てってしまった。ここにいる人たちもみんな日々の生活のことでいっぱい。歌舞伎の後継者対策を考えている余裕がない。とにかくまずは自分が食べることがどうしても優先になってしまう」。

12月3日
6℃



【青森県下北郡佐井村】

文 = 高橋 博之 写真 = 玉利 康延
歌舞伎写真 = 佐々木 信宏



スタート
つくる

津軽海峡ミズダコの明石焼き

お出汁で食べる。卵ふんわり

立派なミズダコの足が届いたら、みんなで食卓を囲む明石焼きパーティーをしませんか。佐井村の海育ちのミズダコの旨味を、ふんわりした生地とともにまると楽しんでいただきたい！そんな想いからご紹介するレシピです。生地が柔らかいので、初めての方は返すのが少し難しいかもしれませんが、粉を足したり、油を多めにひいたりしながらわいわいと料理するのも醍醐味です。生地やつけ汁の出汁は、昆布、かつお、洋風と、アレンジして楽しむのもおすすめです。



基本セットは足 240g
増量は足 1本を
お届けします。

今月の一品

明石焼き

材料 (4人分)

ミズダコ (ゆで) 150g

出汁 750ml

牛乳 大きじ2

卵 2個

小麦粉 150g

片栗粉 30g

万能ネギ 適量

三つ葉 適量

サラダ油 適量

つけ汁

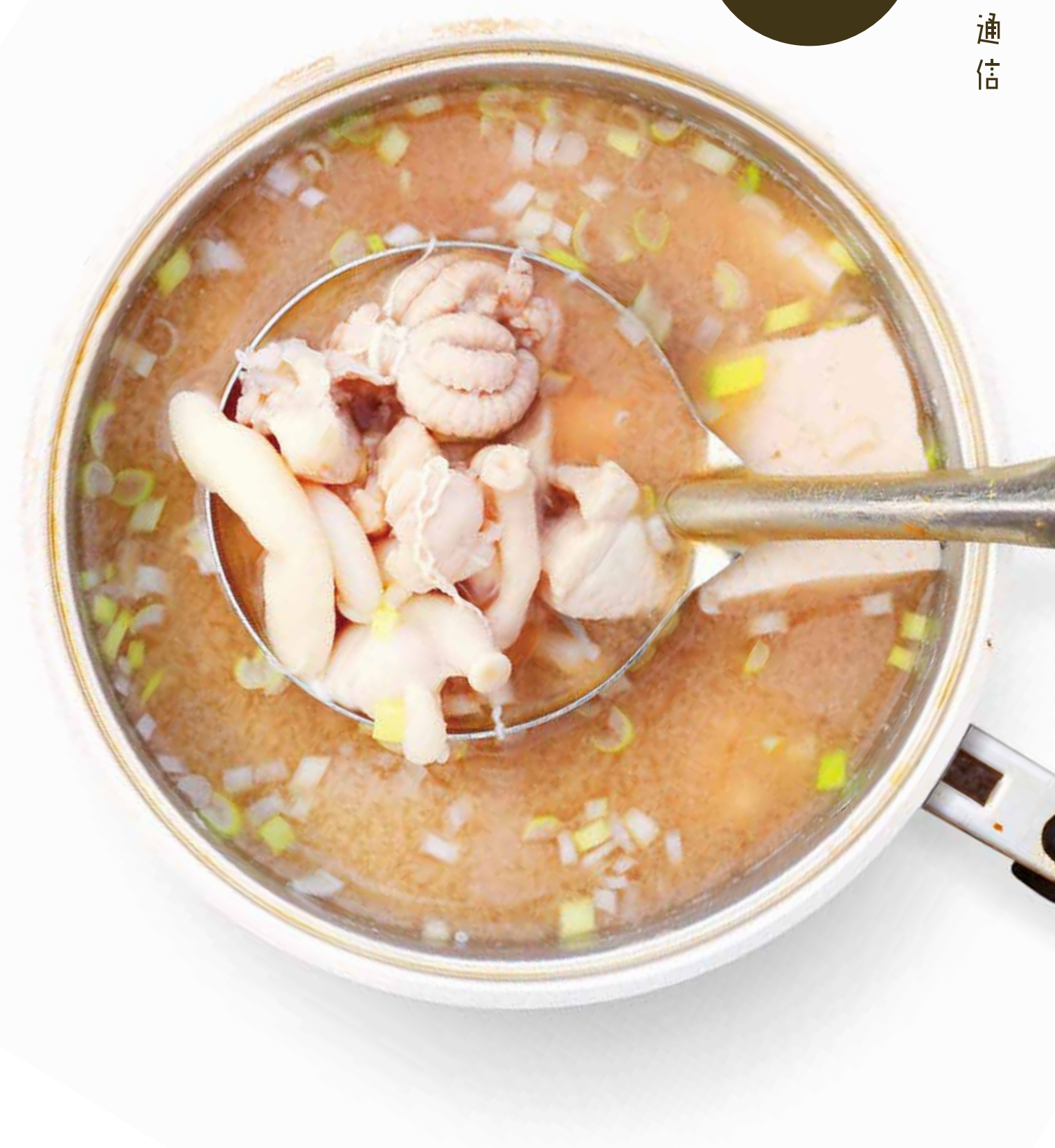
出汁 500ml

みりん 大きじ1

薄口醤油 大きじ1

作り方

- ① 出汁、牛乳、卵をよく混ぜ合わせ、小麦粉、片栗粉を加えて、ダマがなくなるまで混ぜて生地をつくっておく。
- ② ミズダコは、タコ焼き器の鉄板のくぼみに合わせて食べやすい大きさに切る。
- ③ つけ汁の材料は混ぜ合わせてひと煮立ちさせる。薬味の万能ネギは小口切りにし、三つ葉は食べやすい長さに切る。
- ④ ①の生地をもう一度混ぜて均一にする。サラダ油を塗って熱した鉄板に流し込み、②を入れる。
- ⑤ じっくりと加熱し、外側が固まって返せるようになったら、串や箸を使ってあふれ出ている生地をくぼみに寄せながら返す。全体に火が通るまでさらに加熱する。
- ⑥ ③のつけ汁に、薬味の万能ネギ、三つ葉をお好みで加え、⑤が熱いうちにつけながらいただく。



タコといえば、一般の消費者にとってはまずは足だが、ミズダコの特産地である佐井村の漁業関係者たちにとって、足は主に贈答用なのだという。旬の冬、彼らが好んで食べるのがタコの`どうぐ(内臓)、だ。地元民の特権ともいえるその味を教えてもらった。

調理＝北野 友宣(「食事処 まんじゅうや」店主) 文＝保田 さえ子

佐井村の漁港で、その朝に水揚げされたばかりの生きたミズダコをさばくところを見せてもらった。一般にタコの頭と呼ばれている、あのぼつりと丸い部分は、実は胴体に当たる。足と頭のつながった部分に包丁で切り込みを入れ、頭をひっくり返して裏表にすると、中に詰まった胃、肺、腸などの内臓がごろりと出てきた。

これらは、佐井村の人々の間では`どうぐ、と呼ばれてとても人気がある。内臓が「生きるための道具」であることがその名の由来だ。水揚げ地から遠く離れた消費地のスーパーに並ぶのは、主に切り分けられた足のみで、`どうぐにお目にかかれることなど、まずない。新鮮なうちに地元で消費され、よそには出されないのだ。

ちなみに佐井村では、頭は`ぼっち、と呼ばれ、足とはまた違う柔らかな肉質、旨味が愛されている。足の根元にある口は`トンビ、と呼ばれ、中のかたいくちばしを取り除いて身の部分が食される。1匹に1個ずつの希少性もあり、ごちそうとされているという。まさに頭の先から足の先まで、無駄にすることなく味わい尽くす。

新鮮な`どうぐには、臭みがほとんどない。地元では、まずはシンプルな塩ゆでが好まれるという。意外にあっさりした味わいが、醤油を少々つけることで際立ち、部位によって異なるふわふわ、ぷるぷるの食感にも響かなくなる。みそ味や醤油味の`どうぐ汁、も定番のレシピで、ゆで汁に出たじんわりとした旨味を、まるごと出汁として生かした味わい深い汁物だ。地元限定のこの味を体験するには、これはもう、旬の冬の佐井村を訪ねるしかない!



1	3
2	
4	5

1. たっぷりの湯でミズダコの足をゆでる。2. ミズダコの`どうぐ一式と口。左上の丸いものが口で、黒い部分はくちばし。3. 佐井産の新鮮な魚介料理を提供する「食事処 まんじゅうや」店主の北野さん。ミズダコ2匹を料理してくれた。4. ボリューム感のあるミズダコの足。これでもまだ小ぶり、冬をかけてさらに大きく育つという。5. 左の皿に盛られているのはゆでたミズダコの頭と足。右の皿は`どうぐ。

佐井村で教わった`どうぐ汁

- ① `どうぐのうち、火の通りにくいオスの白子、メスの卵巣は適当な大きさに切り分ける。
- ② 鍋に湯を沸かして塩適量を加え、`どうぐと、あれば口も加える。再び煮立ったら火をやや弱め、7～8分ゆでて中まで火を通す(タコの頭や足の一部を加えてもよい。よりしっかりした出汁が出て、`どうぐにやや赤く色がつく)。
- ③ ざるに上げ、ゆで汁は捨てずに残す。
- ④ 胃の表面などかたい部分を取り除き、口は中の黒いくちばしを取り除き、すべて食べやすい大きさに切り分ける。
- ⑤ ゆで汁の入った鍋を再び火にかけて温め、好みて白菜などの野菜を加えて煮、みそ(または醤油と少量の酒)で調味する。
- ⑥ 食べやすい大きさに切った豆腐と④を加え、温まったら火を止める。粗みじんに切ったネギを散らす。

※ この`どうぐ汁は家庭料理を再現したもので、「まんじゅうや」のメニューではありません

地元だけのお楽しみ。ミズダコの`どうぐ`の食べかた



ミズダコのラグーパスタ

ミズダコ(ゆで)250gはみじん切り(または少量の水とともにミキサーで細かく攪拌)する。フライパンでオリーブオイル大さじ1.5、ニンニクのみじん切り1片分、唐辛子1本を香りが立つまで熱し、タコを加える。水分が出て火が通ったら、トマト水煮1缶(400g)、ローリエ1枚を加えて煮て、塩、こしょう各適量、砂糖約小さじ1で調味する。鍋底にヘラの筋が残る程度に煮詰め、ゆでたパスタに絡め、好みでオリーブオイルを回しかけてパセリを散らす。



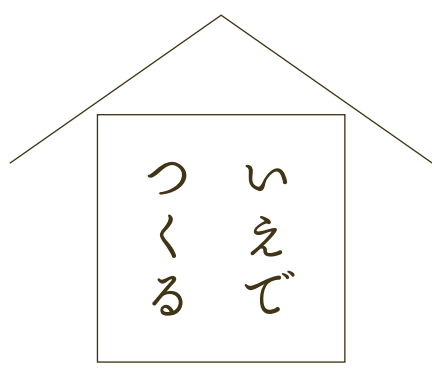
大根とミズダコの煮物

大根1/2本は皮をむいて大きめに切り、米のとぎ汁で下ゆでする(大根が白く仕上がる)。ゆで汁を捨て、食べやすい大きさに切ったミズダコ(ゆで)250g分、かぶるくらいの出汁を加えて中火にかける。酒、みりん、砂糖各大さじ3、醤油大さじ2を順に加えながら弱火でゆっくり煮る。汁が煮詰まってきたら器に盛り、白髪ネギをのせる。



ミズダコのカルパッチョ

ミズダコ(ゆで)は、届いた冷凍の状態のまま薄切りにする。皿に塩、こしょうを軽くふり、タコを敷き詰めるように並べ、上からさらに塩少々をふる。上から押さえるようにラップをして、冷蔵庫で20分～1時間寝かせる。食べる直前にオリーブオイルを回しかけ、粗挽きこしょうを軽くふる。



ミズダコを味わういろいろレシピ