

東北食べる通信

2017

8

月号

世なおしは、食なおし。

特集

そこに
食べる人が
いる限り

棒 穴 子

ぼう
あな
ご

秋田県潟上市の

伊藤徳洋さんたちがつくった

東北食べる通信

今から2ヶ月前の7月14日、米国オレゴン州のハイウェイで奇妙な事故が起こった。トラックが横転したことが原因で後続の乗用車が粘液まみれとなり、交通渋滞を引き起こしたのだ。トラックが運搬していた積荷は、深海魚のヌタウナギだった。

ヌタウナギは危機にひんすると、驚くべき能力を発揮する。専門家によると、体にある数百の放出孔から1秒間に約1リットルもの粘液を放出し、敵から身を守るといふ。その粘液に含まれる繊維の強度はクモの糸並みで、一度付着するなかなか除去できない。そのため、ヌタウナギを捕食しようとする魚のえらを詰まらせてしまうのである。横転したトラックからぶちまけられた大量のヌタウナ

ギは持ち前の防衛本能を働かせ、ハイウェイをぬめりて埋め尽くしたのだった。

謎に包まれた深海生物

このニュースに目が留まったのは、ヌタウナギが今回特集する秋田県男鹿地方の特産品、棒アナゴの原料だったからだ。棒アナゴは、クロヌタウナギを干して棒状に加工したもので、これをカリッと焼いて食べると、ホルモンのような食感と香ばしさがたまらないらしい。男鹿地方では、昔から家庭や居酒屋で親しまれてきた郷土の味だといふ。アメリカのトラック事故のニュースをきっかけにさらに調べてみると、ヌタウナギが実に謎めいた生物であることがわかった。

背骨のないヌタウナギは生きた化石とも呼ばれ、海底に沈んだ腐肉を食べて生きている。ときには他の魚の死骸の中に入り込み、食べ終わるまで死骸の中で過ごすという。目は退化していて、複数ある心臓は酸素がなくても数時間動き続ける持久力を持っている。また、自分自身の体で結び目をつくり、その位置をずらすことで、かみついてきた敵から逃れる柔術も身につけているのだといふ。

調べれば調べるほど、不思議な生態のヌタウナギなのであるが、この一種のクロヌタウナギを加工して棒アナゴをつくっているのが、秋田県潟上市天王で漁業を営む伊藤徳洋さん(34)一家だ。地元で長く伝わる棒アナゴの加工法を守ってきた最後の漁師が高齢で引退

し、徳洋さんの父、公男さん(66)が3年前にその仕事を受け継いだ。現在、伊藤家の他に棒アナゴづくりを継承する者はいない。

伊勢エビにも勝る味

彼らのクロヌタウナギ漁に同行するため、私は取材前日の7月27日に秋田に入った。その夜、徳洋さんに誘われ、秋田市の繁華街にある徳洋さん行きつけの寿司バーで景気づけに一杯やることになった。長男と次男を引き連れて店に姿を現した徳洋さんの手には、真空パックされた棒アナゴが。それを店長に渡すと、早速焼いて出すようにとお願いする徳洋さん。彼は棒アナゴの他にも、自分で獲った新鮮な魚をこうして直

接店に持ち込んでいるのだといふ。

蛇のようにぐねぐねと動くグロテスクなヌタウナギの動画が頭にこびりついていたので、アジアの屋台で恐るグテモノ料理を注文して待っているような気分だった。15分後、焼き上がった棒アナゴがテーブルに運ばれてきた。親指の長さくらいに切り分けられ、表面に少し焦げ目がついた棒アナゴには大根おろしが添えられていた。口に入れてかんでみる。表面がコリコリしていて、確かにホルモンの食感に似ている。そして、かむほどにエビとカニを混ぜ合わせたような味が口の中にじんわりと広がってくる。

想像していなかったおいしさに驚く私を見て、徳洋さんにはにんまりとした。徳洋さん自身も酒のあてとして食べてきたのでその味には自信があったようだが、専門家からも太鼓判をもらい、さらに自信を深めたらしい。元水産庁の官僚で、漁師の経験もある水産会社社長の上田勝彦氏は、水産業界の第一人者として度々メディアに登場している。あるとき、テレビで上田氏が日本の水産業の未来について持論を語っている番組を見た徳洋さんは、この人に棒アナゴを食べてもらいたいとコンタクトをとり、送りつけた。すると、次のようなメッセージが返ってきた。

「いただいた棒アナゴ、まずは焼いて食っ

ところ、この旨みはすごいですね。伊勢エビを3倍濃厚にしたような。味の成分としてはエビに近いですね。その後、さまざまに調理を試みましたが、結果、やはり焼きに軍配が上がります。中華の材料としてはいけます」。

ゲームより釣り

ソファ一席で徳洋さんの横にちょこんと座り、大好きなイクラの軍艦巻きとマグロの赤身を次から次へと頬張るふたりの息子に、棒アナゴを勧めてみた。長男の兼太くん(12)は「えっ、いいの?」と少し照れ臭そうにしながら、むしゃむしゃと食べ始めた。おいしいか?と聞くと、もぐもぐしな

がらうんとうなずいた。「お父さんはよくぼくに魚を持ってきてくれて、調理して食べさせてくれる。その中でもおいしいのが、3位お刺身、2位ホッケフライ、1位棒アナゴです」。

兼太くんと次男の海月(みつき)くん(7)は夏休み中、お父さんに船に乗せてもらい、釣りを楽しむこともある。「ゲームも好きだけど、釣りの方がもっと好き」と兼太くんが言うのでその理由を尋ねると「だって、食べられるから」と至極真つ当な返答をされた。将来は、大好きな魚の世話ができる水族館で働くか、漁師になりたいという。海月くんも漁師になりたいそうだ。

そこに食べる人がいる限り

7
月
29
日
34°C



【秋田県潟上市天王】

文=高橋博之 写真=山下雄登

特集

棒穴子

初めての棒アナゴ、どう食べればいいのかわからない！という人には、ひとまず塩を多めにふり、カリッとするまで両面をじっくり焼くのがおすすめです。そのまま焼きたてを食べるのもおいしいですが、刻んでハーブと一緒に生春巻きにしたり、蒲焼き風にたれをからめても。カリカリに焼けばぬめりが抑えられて調理しやすく、香ばしさが加わって味に奥行きが出ます。食感だけでなく、棒アナゴの香りと合わせる食材の香りて、自分だけの食べ方を発見してください。

棒アナゴの生春巻き

焼きが命。香りと香りをぶつけて楽しむ

今月の一品

材料 (4人分)

- 棒アナゴ 4本
- レタス 1/2個
- ニラ 1/8束
- 青じそ 8枚
- ミント 1/2パック
- ピーマン 100g
- 生春巻きの皮 (ライスペーパー) 8枚
- 塩・こしょう 各適量

つけだれ

- 穀物酢 大さじ5
- 砂糖 大さじ2
- ニンニク (薄切り) 1/2片分
- ナンプラー (または薄口醤油) 大さじ1
- 一味唐辛子 ひとつまみ

※ 具材としてキュウリのせん切り、香菜などのフレッシュハーブ、クリームチーズ、トマトなどを一緒に巻いてもおいしい。
 ※ 生春巻きの皮を水に浸したままにしたり、戻してからしばらくおくと、ふやけて破れやすくなるので注意。具材を巻いたら、できるだけすぐにいただく。

作り方

- ① つけだれの材料を耐熱容器に合わせてラップをかける。電子レンジに30秒ほどかけて砂糖を溶かし、冷めるまでおく。
- ② 棒アナゴは長さを半分に切り、塩・こしょうをしっかりとめにする。弱火で熱した魚焼きグリルに入れてじっくり焼き、こんがりとならしたら上下を返して全面をカリッと焼き上げる。端から約1cm幅に切る。
- ③ レタスは1cm幅の細切りにする。ニラは10cm長さに切る。
- ④ 鍋に湯を沸かしてピーマンをさっとゆで、冷水に取る。ざるに上げて水けをしっかりと取り、食べやすい長さに切る。
- ⑤ ボウルに水を張って生春巻きの皮1枚をくぐらせ、すぐにまな板などの平らなところに広げる (具をのせるうちに徐々に戻るので、はじめはややかたたくてよい)。
- ⑥ ②の棒アナゴの1/8量を中央に10cm幅くらいの帯状に広げてのせ、青じそ1枚をのせる。
- ⑦ ③のレタスの1/8量 (約大さじ1)、④のピーマンの1/8量 (約大さじ2)、ミントの1/8量 (ひとつまみ)を重ねる。
- ⑧ 手前の皮を持ち上げて具にかぶせてきっちり押さえ、約12cm幅になるよう左右の皮を内側に折り畳む。ニラ2本を左右どちらかの端から3cmほどはみ出るようにしておき、ニラを巻き込みながら手前からきつめに巻く。
- ⑨ 残りも同様にして巻いて器に盛り、①のたれをつけながらいただく。



いえて
つくる

つくる
いえて

FOOD
DESIGNERS NETWORK

棒アナゴのいろいろレシピ

棒アナゴの蒲焼き風

たれをつくる。小鍋に酒・みりん各大さじ2を合わせて火にかけて、アルコール分が飛んだら醤油・砂糖各大さじ2を加えて砂糖を煮溶かす。棒アナゴ2本は長さを半分に切り、弱火で熱した魚焼きグリルに入れてじっくり焼く。こんがりと焼けたら上下を返して全面をカリッと焼き上げる。3cm長さに切って6〜7切れずつ竹串に刺し、たれをからめる。好みで七味唐辛子をふる。



棒アナゴのアヒージョ

棒アナゴ2本は3cm長さに切り、ニンニク（すりおろし）大さじ2、塩・粗びき黒こしょう各少々をからめる。ズッキーニ1/2本は3cm厚さのいちょう切りにする。棒アナゴ、ズッキーニ、ミニトマト2〜3個を小鍋に平らに敷き詰めるように入れ、浸るくらいのオリーブ油を加える。弱火にかけて、全体に火が通るまで煮る。※パンにつけたり、パスタにからめたりしてもおいしい。



棒アナゴのニンニク塩焼き

棒アナゴ2本は長さを半分に切り、ニンニク（すりおろし）大さじ1、塩小さじ1をまぶす。弱火で熱した魚焼きグリルに入れてじっくり焼き、こんがり焼けたら上下を返して全面をカリッと焼き上げる。器に盛り、ワサビ、柚子こしょうなどをつけていただく。



増量限定
黒米特集

【viento norte（北風農園）木村 友治さん】

秋田県八峰町峰浜水沢字手這坂

文字真 山下雄登

「都会の人が住むのは無理かもしれないけど、一日でも二日でも過ごして、その記憶を街に持って帰ってくれば、社会の流れや意識が変わっていくんじゃないかな」と展望を語る友治さん。「開かれた場所として、外の人と一緒に楽しみながら」友治さん一家は、未知のクニをつくっていく。

viento norte <https://viento-norte.jimdo.com>
ミチのクニ手這坂 <http://tehaizaka.com>

	3	5	
1	4	6	
2		6	7

- 手這坂からさらに山奥にある石黒沢のブナ。1993年に屋久島と並んで日本から世界遺産に初登録された白神山地にほど近く、天然のブナやミズナラが数多く見られる。
- 友治さんの畑で聞く、地這いキュウリの花。3. 友治さんの家。矢切り（屋根先端の青色の三角形部分）には白文字で「龍」の字が書かれている。龍は天候や水を司るため、田畑の豊作や火災除けの祈りが込められている。
- 家から徒歩数十秒のところを流れる川で釣ったヤマメ。七輪で塩焼きに。
- ヤマメ釣りをする友治さん。エサは畑で採れるミズや幼虫。
- （左から）洗濯物の取り込みを手伝う長男・日々貴くんと、それを見守る編集長、友治さん、妻・郁代さん。
- 2015年4月25日。筆者が初めて手這坂を訪れたときに撮影した桃の花。毎年、開花時期になると多くの観光客が花を愛でに訪れる。

してから結婚しようと考え躊躇していたが、菊地さんから「早く結婚したら」と後押しもあり、家族になった。郁代さんとの間には息子の日々貴くんを授かり、また郁代さんが連れてきたメスの愛犬・雪が、友治さんが飼っていた愛犬・大吉と結ばれ、茶太というやんちゃな子犬も生まれた。一人と一匹の浮世離れした暮らしが、三人と三匹のにぎやかな家庭へととなった。

「一人で田んぼや畑をやって、家を直して、農業の勉強をして、となると手が回らない。そんなとき、運よく結婚して、子どもが生まれた」。個人の限界を感じていたという友治さんにとって、郁代さんと日々貴くんを通して外の社会との回路が生まれたことは救いだった。かつて手這坂で暮らしていた人たちが、お互い様の関係で支え合う「結(ゆい)」で連帯していたように、今後集落を持続させていくためにも外の人たちとの連帯が欠かせない。そう確信した友治さんは、今年7月にNPO法人「ミチのクニ手這坂」を立ち上げた。山や川、農地での体験活動や、古民家を利用したワークショップなどを通して、手這坂に関わる人を増やしていく狙いだ。筆者は今回の取材で友治さん宅に1泊2日で滞在したが、ヤマメを釣って七輪で塩焼きにして食べた、農作業を手伝ったあと川に入って汗を流したり、と自然のなかでの暮らしを堪能した。

黒米

くろこめ
Black rice



きた。秋田県内には人が暮らしている茅葺き屋根の住居がまだまだ残っており、茅葺きという専門職の需要は一定程度あるようだ。

「技を覚えて、ワラの縄とススキと木材があれば、屋根はつくれる。茅葺きは自分でメンテナンスできるというのが魅力的。そして夏は涼しい。湿気が強いときは、夏でも火をたいて乾燥させる。さらに屋根に煙が付くと、炭化して水を弾くようになり、持ちもよくなる」。現代の住宅とは異なり、茅葺きの家には人間の手入れが欠かせない。実際、友治さんが越してきたとき手這坂にあった4軒のうち、2軒がこれまでにつぶれている。集落の風景が消えるのは悲しいことだが、自然由来の材料で構成されているため、徐々に土へと帰していく。その様から、近代建築がいかに自然から離れ、循環的ではないかを想起させられた。

社会が生まれた

友治さんは現在、妻である郁代さん(35)と息子の日々貴くん(2)、犬3匹と一緒に暮らしている。手這坂に移り住んだ当初は、世間から距離を置く生活を目指し、一人暮らしを満喫するつもりだったが、小誌2013年10月号で特集した秋田県潟上市の農家・菊地晃生さんとの出会いが運命を変えた。

自分で農業をやりつつ外でも学ぶためにネットで秋田の農家を検索する中、菊地さんのことを知り、生態系全体を考慮した農法や市民農園など彼の実践していることに共感を覚えた友治さんは、時々菊地さんのところへ通うようになった。ある日、菊地さん主催の生産者と消費者がつながるイベントに参加したところ、会の手伝いをしていた郁代さんと出会う。友治さんが自分のやっていることを話すと、郁代さんは興味を持ち、手這坂へ遊びに来るようになった。

一緒に過ごす時間が増える中、郁代さんが「助け合える存在」であることに友治さんは気づいたという。もう少し生活基盤を確立



桃源郷からクニづくり



1807年、紀行家・菅江真澄が訪れ「桃源郷」のようだと讚えた場所が秋田にある。山々に囲まれた隠れ里のような小さな集落、手這坂(てはいざか)だ。4月中旬から5月上旬にかけて、白とピンクの入り混じる桃の花が咲き誇り、人々を魅了する。この地でお米や季節の野菜を無農薬・無化学肥料で育てる農園「viento norte」を営むのが木村友治さん(35)。温和な表情と口周りにしっかりとたくわえられた濃い髭、ゆったりとした話し方、「桃源郷」と呼ばれる場所に住んでいることもあって、仙人のような雰囲気を感じている。実際、友治さんは5年前に手這坂に来て来たばかりのときは「仙人的な技を覚えて、浮世離れした生活を目指していた」という。

もともと公務員の家に生まれた友治さんにとって農業はまったく縁もゆかりもないものだった。父親は建設省(現在の国交省)に勤めており、宮城の仙台、山形の尾花沢、福島のいわき、はたまた沖縄と転動を繰り返し、最後に宮城の塩釜にたどり着いた。仙台市内にある東北学院高校に通っていた友治さんは、エスカレーター式に東北学院大学に進学したが、1年で退学してしまった。「目標があって通っているわけじゃないし、お金と時間があったいと思った。親にもお金出してもらっているし、大学を出れば仕事にありつけるとも思っていなかった」とその理由を語る。

退学後、放浪の旅やフリーター、海外でワーキングホリデーなどをしていったが、24歳のときに愛読していた雑誌『自休自足』(※現在は休刊)が農業を志す転機となった。静

岡県で有機農業を実践し、少量多品目野菜を生産している「ビオファームまつき」の記事を読み、感銘を受け、研修生に応募したのだ。高校までサッカーにのめり込んでいた友治さんは運動が大好きで、自然の中で体を動かす農業は性に合っていた。

1年間の研修が終わるころ、青年海外協力隊の募集チラシを見て「おもしろそう」と思った友治さんは、長野県にある八ヶ岳中央農業実践大学校での研修を経て、27歳のとき、南米のパラグアイに渡った。野菜栽培を指導する「野菜隊員」として、栽培経験のない地域の女性たちと一緒に、家畜を使って堆肥をつくり、有機農業で野菜をつくり出した。収穫した野菜は市を開いて売り、女性たちの現金収入となった。

ブラジルとアルゼンチンに挟まれるように位置するパラグアイは、経済的に裕福ではないが、「豊かな国でした」と友治さんは語る。「気候が暖かくて、人々はせかせかしていない。お金も稼ぐんですけど、週末にお肉を食べたり、ビールを飲んだりするために仕事をしていて、それ以上はあんまり働かないんです。身の回りにもものは自分たちでつくり、直したり。人間の能力や生命力が強くてたくましかったなあ。日本人よりも生き生きしている」。

理想の郷

2年10ヶ月の派遣を終える間際、日本で東日本大震災が起きた。これまでの経験を生かして、自分の生活を自分の手でつくり上げていくことを心に決めた友治さんは、帰



国後、これから根を張る場所を探し始めた。最初の1年は瓦礫撤去の手伝いをしながら宮城県内を回ったが、思うような場所は見つからなかった。その後、ネットで空き家情報を検索しながら、東北各地を車で回るなか、理想の場所として手這坂にたどり着いた。

「ここだと人もいないし、自由にできるかなと思った。普通の田舎で田んぼをやるにしても、周りの(慣行農法の)田んぼの影響を受けずに自分だけ無農薬でやるのは大変だし、関係性を築くのも難しいだろうな、と研修時代に感じていたので。土地が荒れていても、自分のやりたいことができる場所を探していたなか、手這坂はぴったりでした」。

友治さんが2012年に移住してきたとき、集落には4軒の茅葺き屋根の民家があった。そのうち、集落の一族の老家であった一番大きな家に現在住んでいる。しかし、2000年に最後の住人が集落から去って以来、10年以上無人であったため、家のあちこちに修繕が必要な状態であった。「建具類はなく、雨漏りもひどかった。外はというと、草たちに飲み込まれるんじゃないかっていうくらい全方向から迫ってきていた」。

現在、一部はビニールシートに覆われているものの、家としての体をなし、外からの客人もくつろげるほど整っている。屋根はこれまで、友治さんと年齢の近い30、40代の茅葺き職人たちの力を借りて修復して