

東北食べる通信

2018

1

月号

世なおしは、食なおし。

特集

かくして海は甦る

赤藻屑

もあ
くか

しほがま
宮城県塩竈市の

赤間廣志さん、俊介さん親子が採った

東北食べる通信

かくして海は甦る

1月5日
4°C



【宮城県塩竈市藤倉】

文＝高橋 博之 写真＝玉利 康延

かま 竈

海水を煮て塩をわくるかまど（竈）のことを「塩竈」といいました。塩竈市もこの竈のある場所として有名で、それがそのまま地名になっていったといわれています。「塩釜」と書いてももちろん郵便は届きますが、「竈」と「釜」では漢字の起源が異なり、公文書については「竈」の字を使うことになっています。小さい文字の「竈」は少し読みづらいですが、塩竈の土地柄を表現するためにあえて文中では「竈」の字を使用しています。

東日本大震災から2年8ヶ月が経とうとしていた2013年12月2日、私の携帯電話に3行のメッセージが届いた。

「美しい気仙沼の海がコンクリートで囲まれているようにしています。何としても阻止せねば。ご一読いただきご賛同いただければ幸いです」。リンク先をタップすると、被災地の海に建設が計画されている巨大防潮堤と、その前提となる国の津波対策基準の見直しを求めるウェブサイトだった。

メッセージの送り主は、当時まだ出会って間もない塩竈市の漁師、赤間俊介（34）だった。運動への賛同を求める文章の中には、

計画の矛盾の実例として、塩竈市の無人島に20億円かけて建設が予定されている防潮堤が挙げられていた。俊介と共に、塩竈の海でアカモクという海藻の採集やワカメの養殖を手がける父の廣志（68）も、この無人島の防潮堤計画に黙っていないかった。新聞への投書を始め、共同通信の取材に全面協力するなどして、この荒唐無稽な計画の存在は全国ニュースとなり、世論の批判を浴びる形で見直しに追い込まれることとなった。

時代に逆行する復興

振り返れば、あの震災は人間と自然の関係性を問直す契機にもなっていた。拡大一辺

倒の成長型社会で醸成された20世紀の価値観が、人口減少と環境制約という問題に直面した21世紀の日本にあって、大きく揺れていた。生物多様性の保全上重要な里山林や湿地、干潟等の減少、絶滅危惧種の増加に加え、地球規模での環境問題の深刻化が懸念されていた。これまでの空間的・量的拡大から縮小へと大きく舵を切り、社会の活力を維持しながら、自然と共生する持続可能な社会の形成が求められている時代に起きた自然災害だったのだ。被災地における新しいまちづくりは、そのモデルを提示するチャンスだと廣志は考えていた。しかし、実際に目の前で繰り広げられてきた復興は、そのチャンスをふいにするものだった。

今回の大震災で、既存の防潮堤は崩れ、埋立地は地盤沈下し、そこに海水が侵食してきた。しかし変わり果てた町の姿を見て、被災地の漁師たちは口々に「昔の海に戻った」と言っていた。埋立地だったところがかつて防潮林、砂浜、干潟が広がり、河口域には藻場が群生していたのだ。干潟は、渡り鳥や底生生物など多様な生物を育むと共に、水質を浄化する機能や、沖からの波浪を弱めることによる海岸保全機能を果たしていた。また藻場は、多くの海藻が育まれる海藻の森でもあり、魚の隠れ場所や産卵の場となることから「海のゆりかご」とも呼ばれ、海洋生物の再生産に欠かせない機能を有している。こうした干潟や藻場の

多くが防潮堤の建設や埋立地の造成で消えていったのが、日本の経済成長時代における沿岸の光景だった。

破壊されてきた自然

廣志はこの大規模開発が、漁業衰退の大きな要因のひとつになってきたと見ている。水産物は国民の動物性たんぱく源として高い比率を占めているが、近年、日本周辺の水産資源量・漁獲量の減少傾向に伴い輸入量が増加しており、自給率は低下傾向にあった。その背景には大規模開発に伴う海の環境の劣化があると廣志は考えている。事実、日本の干潟の面積は、1945年と比較してお

よそ4割も減少している。藻場やサンゴ礁海域もどんどん減っている。こうして自然海岸は減少し、半自然海岸や人工海岸が全国的に増加することになり、海洋・沿岸域全体の環境の質の劣化が進んできた。

「干潟や藻場を失ってきたことが、日本の漁業の最大の損失。自然の栽培漁業センターを破壊してしまった。ここに漁業が衰退してきた根っこがある。漁業は生命維持産業。漁業が永続的になるには何が必要かという視点が欠如している。戦後、目先の経済優先で国づくりをしてきた結果だ。そして、漁村から太平洋ベルト地帯の工業に若い労働者を持っていかれたことが漁業の後継者

不足の始まりでもあった」と、廣志は戦後の漁業の歩みを苦々しい思いで振り返る。

だからこそ、水産資源回復のためには藻場・干潟の保全・造成による漁場環境改善が不可欠であり、それが長い目で見て日本の漁業を未来につなぐ道になると、廣志は確信していた。その道を開きかけたのが大震災だった。人口減少社会の最前線にある東北の沿岸部を襲った自然災害。人口が一気に減少していく中で、これまでの経済活動領域、生活領域を自然に返していくことで、海の水産資源の生産能力を高めていく。その青写真を打ち砕くような復興のあり方に、廣志の憤慨は募るばかりだった。

特集

赤藻屑

アカモクをさばく

松島湾で収穫されて迫力満点で自宅に届く今月のアカモク。受け取ってから1~2日のうちに、洗浄と硬い部分を取り除く作業を行います。袋から出して、まずは茎を指で触りながら観察しましょう。これから楽しむ料理を頭の隅に置いて、使いやすく食べやすいサイズに選別し、保存します。指先でほろほろと外れていく枝葉の感覚を楽しんでください。



太くて硬い茎

枝葉

つくって
いえて

賞味期限と保存

生のアカモクの賞味期限は冷蔵庫で出荷日から3日間です。より長く保存したい方のために2つの方法をご紹介します。半年~1年ほどもちますが、風味や色が落ちるので、なるべく早めにいただきましょう。また乾燥・冷凍すると特徴であるぬめりが少なくなります。

乾燥保存

よく洗ってから風通しの良いところで、カラカラになるまで干す。

冷凍保存

下処理をしてから食べやすい量に小分けにしてラップをし、冷凍庫で保存する。叩いてみじん切りにしてから冷凍するよりも、解凍後叩いた方が粘りが強くなる。



アカモク煮麺

材料(2人分): アカモク 40g、長ネギ 適量、だし汁 450ml、好みの麺または温麺 100g、梅干し 2個

- ① アカモクは下処理し茹で、細くなるまで叩いておく。長ネギの白いところを小口切りにしておく。
- ② 鍋にだし汁を沸かしておく。別鍋にたっぷりの湯を沸かし、麺を茹でて冷水でしめておく。
- ③ ②のだし汁を調味したら、麺を加えて温める。
- ④ 器に③、①のアカモクとネギをのせ、梅干しを添えていただく。



アカモクの味噌汁

材料(2人分): 水 2カップ、煮干し 30g、豆腐 1/2丁、アカモク 30g、味噌 30g、ネギ 適量

- ① 鍋に水と煮干しを入れて 30分おく。強火で沸騰させたらアクを取る。
- ② 煮干しを取り出し、豆腐、下処理して粗く刻んでおいたアカモクを入れる。
- ③ 沸騰する直前で味噌を入れて溶かす。
- ④ 刻んだネギを散らしていただく。

アカモクの下処理

- ① 流水で洗い、泥や小さな異物(エビなど)を洗い落としましょう。水が濁らなくなるのが目安です。
- ② 太くて硬い茎から枝葉を外します。先端から根に向かって指でつまんでしごき落とします。
- ③ 細かい部分はしごきにくいので、食べやすい長さにハサミで切りましょう。
- ④ たっぷりの湯を沸かし、しごき落としたものを2~3分ほどさっと湯がきます。
- ⑤ 流水にとって冷やします。

アカモクの酢の物

材料(2人分): きゅうり 1/2本、塩 小さじ 1/4、アカモク 50g、A(酢 50ml、砂糖 大さじ 1、醤油 小さじ 1/2、塩 小さじ 1/4)

- ① きゅうりは小口切りにし、塩をまぶしておく。5分したら水気を絞る。
- ② アカモクは下処理して、細くなるまで叩いておく。
- ③ Aをよく混ぜ合わせ、①のきゅうり、②のアカモクと和える。

アカモクとブリのしゃぶしゃぶ

手元に届いたら一番に味わってみたいのがその食感と風味です。硬い茎から外して粗く刻む前に、まずはしゃぶしゃぶ用に 200g ほどキープ。ちょっと手間ですが、5cm ほどの長さに切りそろえると箸でも持ちやすく、しゃぶしゃぶしやすくなります。シャキシャキ、ネバネバのアカモクパワーをワイワイみんなでいただいて、寒い冬を乗り切りましょう。

アカモクとブリのしゃぶしゃぶ

材料 (4 人分)

アカモク 200g	長ネギ 1 本
ブリ (刺身用) 1 さく	きのこ お好みで
水菜 1 束	豆腐 1 丁
せり 1 束	昆布 10cm
大根 1/4 本	だし汁 1L
人参 1/2 本	塩 少々
せり 1 束	ポン酢など 適量

作り方

- ① アカモクを水で洗い、硬い茎から外して、5cm ほどの長さに切っておく。ブリは薄めのそぎ切りにする。
- ② 水菜、せりは 5cm 幅に切る。大根と人参は皮をむいてからピーラーでリボン状にする。長ネギは斜め切り、きのこは食べやすい大きさにさしておく。豆腐は 8 等分ほどに切る。
- ③ 鍋に昆布とだし汁を注ぎ、塩少々で下味をつけて加熱する。
- ④ 野菜に火を通しながら、アカモクとブリをさっと湯がいて、ポン酢などのつけダレにつけていただく。



DIY 食べる

海水から藻塩をつくってみよう

文 || 黒田知範

煮詰めること 10 分



食べ物の中で唯一の鉱物である塩。素材の味わいを引き出し、なくなると私たちの命さえも脅かす、なくてはならないものです。私たちが暮らしていく上でなくてはならないこの不思議な素材を、自分でつくってみませんか？

まずは、届いたアカモク 8g をカラカラになるまで乾燥させます。編集部では 1 月の寒空の下、洗濯バサミに挟んで 5 時間ほど天日に干しました。そして増量でお届けの松島湾の海水 100ml に乾燥アカモクをまる一日浸します。通常の海水は塩分濃度 3.4% ですが、この海水はすでに 30% になるまで赤間さんが煮詰めてくれています。十分にアカモクの成分が海水に移ったところでアカモクを取り除き、お鍋を沸騰させます。しばらくしたら、海水が蒸発し、鍋の縁が白くなっていきます。この白いキラキラしたものが紛れもない塩！できたての塩を、木ベラで削ぎ落とし、さらに海水の塩分濃度を高めていきます。これを煮詰めていくと、一気に塩になっていく瞬間が待っています。火を弱火にして、焦げ付かないようにゆっくり水分を蒸発させていきましょう。編集部は、アカモクの量が多く真っ黒になりましたが、磯の香りと塩気がマッチして何にも変えがたい旨味を堪能できました。文字通り手塩にかけてつくった、世界にたった一つの塩。赤間さんが採ったアカモクと松島湾に思いを馳せて、皆さんも DIY してみたいかでしょうか？



弱火で 10 分ほどで、結晶化した塩が見えてきます

