

# 東北食べる通信

2018

5

月号

世なおしは、食なおし。

特集

時代の荒波を攻める海峡ロデオ

# 桜 鮭 大 刺

さくら  
ます

青森県むつ市の  
海峡ロデオ大畑のみなさんが獲った

東北食べる通信

# 5

月 1 日

13°C



【青森県むつ市大畑】

文 = 高橋 博之 写真 = 玉利 康延

# 荒波を攻める海峽ロデオ



特集

桜鱒

海峽ロデオを名乗る漁師軍団が青森県下北半島にいと聞いたとき、思わずニヤリとしてしまった。津軽海峽の荒波を乗りこなす海峽ロデオとは、想像するだけで愉快ではないか。さぞかし威勢の良い漁師たちに違いない。4月中旬、高鳴る胸の鼓動を抑えながら、彼らに会うために青森県むつ市大畑町に向かった。新しく建て替えられた大畑町魚市場内にある漁協の会議室に入る。髪を短く刈り上げた丸顔の男がゴツゴツした分厚い手で名刺を差し出してきた。「海峽ロデオ大畑」会長の佐藤敏美さん(42)だった。

会議室には、佐藤さんの他にも、同じ漁師仲間や加工業者、地元のお寺の副住職などが顔をそろえていた。みんな「海峽ロデオ大畑」のメンバーだ。同団体は、漁業を通じて大畑地域を盛り上げようと、漁師を中心とした約20人の地元有志によって今年2月に設立された。他にも、神社の神主や風呂屋の息子など、メンバーには多士済々の顔ぶれが並ぶ。その海峽ロデオたちを囲むようにして、役場職員、漁協職員たちもこの場に同席していた。町ぐるみで海峽ロデオにかける期待の高さが伺えたが、それはまた過疎高齢化で町が衰退している現状への切迫感の表れのようにも感じられた。

## 十八番は吉幾三

出荷体制など具体的なロジスティクスに話題が移ると、佐藤さんは「難しい話は、ぼげ(夜)にやるべ、ぼげに」と煙に巻き、一同笑いの渦に引き込まれた。その場にいた人間がほぼそっくりそのまま移動して開かれた夜の宴、佐藤さんは今回の食材である桜鱒を馴染みの居酒屋で自ら「ちゃんちゃん焼き」にして振舞ってくれた。「どんだ? 鮭よりやわらかくて、うめべ(おいしいだろ)」。酒がまわってくると、吉幾三の演歌をこぶしの効いたアカペラで独唱するなど、終始上機嫌。NHKのど自慢で合格の

鐘を見事鳴らした歌声は伊達ではなかった。我々編集部を楽しませようという心遣いが随所に見られ、そのホスピタリティーの高さに私たちもすっかり海峽ロデオファンになってしまっていた。

それから半月後の連休初めに迎えた取材本番。たいていの漁師は港にやってくる人が変わる。ユーモラスな人でもひとたび海に出れば、厳しい表情となり、船上では怒号が飛び交うのが常だ。ところが、この日の早朝、大畑港に軽トラックで現れた佐藤さんは前回とまったく変わらず温厚な人柄のままだった。海に出てまったく変化は

なく、それどころか定置網を仕掛けている漁場に到着すると、突如けたたましい音量で吉幾三の演歌がスピーカーから流され、ねじり鉢巻姿の佐藤さんは鼻歌まじりで操舵室から甲板に降りてきたのだった。海から網を起している間、演歌はずっと流れ続けていたのだが、実はこれ、普段はやらないらしい。雰囲気をもっとも味わってもらえればという、これまた佐藤さんなりの粋な演出なのであった。とにかく人を楽しませるのが好きでたまらないのだ。

## 港のゴッドファーザー

この日、佐藤さんが親方として陣頭指揮を

振るう第六十八金丸丸では5人の乗組員が汗を流していた。佐藤さんは乗組員への気遣いにも余念がない。ときおり冗談を交えながら話しかけ、船上は笑いが絶えない。「チームワークよぐねと、わい(俺)の気持ちも乗らねえし、雰囲気悪くなるし、そんなところの網には魚も入りたぐねえべ。それに今の時代、ブラック企業みたいな働き方は流行らね。こっちはいい職場づくりをやる。やる気があれば、誰でも歓迎」。そんな広い度量を持った親方が舵を握る金丸丸の門戸を叩き、漁業の世界に飛び込んできた23歳の若者がふたりいる。石戸谷(いしとや)翼さんと松本優弥さんだ。

石戸谷さんは隣町の海上自衛隊にいたが、親戚でもある佐藤さんに声をかけられ、3年ぶりに大畑に帰ってきた。「漁師やってみて一と思ってたし。今は子どももいる。毎日家族のところに帰れるし、目の前の海で魚獲るこの暮らしはいい」と転職に満足している。「誰かヒマなやついねが?」と佐藤さんから聞かれ、声をかけたのが小学校からの幼馴染である松本さんだった。

鮭と桜鱈の大きな違いは身のふんわりとした食感と皮の薄さ。もちろん刺身でいただいても美味しいですが、せっかくなら皮ごと食べられるちゃんちゃん焼きを試みましょう。野菜と味噌バターで炒めるので、ごはんがすすみます。今回の桜鱈のポイントは解凍方法。刺身にするにも、焼くにも、まずはドリップの出ない氷水での解凍方法をお勧めします。ちゃんちゃん焼きって鮭でやるんじゃないの？という方も納得の食べ心地です。

桜鱈の贅沢ちゃんちゃん焼き

材料 (3~4人分)  
桜鱈 (切り身) 250g  
キャベツ 1/4個  
玉ねぎ 1/2個  
人参 1/2本  
じゃがいも 1個  
かぼちゃ お好みで  
レモン お好みで  
サラダ油 大さじ1  
バター 大さじ1

味噌だれ  
味噌 80g  
酒 大さじ3  
みりん 大さじ1  
砂糖 大さじ1と1/2  
にんにく (すりおろし) 大さじ1

作り方

- ① キャベツは2cmの幅に切る。玉ねぎは1cmの幅に切る。人参、じゃがいもは皮をむき、5mmの厚さに斜めに切る。かぼちゃは種を取り、食べやすい大きさに薄切りする。
- ② 味噌だれの材料をすべて合わせてよく混ぜておく。
- ③ ホットプレートやフライパンを中火で熱し、サラダ油を引いて桜鱈の皮を下にして焼く。鮭の周りに①の野菜をのせて、野菜炒めを作る。
- ④ 野菜がしんなりしたらバターをのせて蓋をし、5~6分蒸し焼きにする。
- ⑤ 味噌だれを野菜に絡め、桜鱈の身をほぐしてもんじゃ焼きのように身を焼きながら、野菜と一緒に、お好みでレモンを絞っていただく。

桜鱈の解凍方法

電子レンジ使用禁止。流水もダメ。氷水に入れて低温で解かすのが漁師のポイント。

- ① 氷水に袋ごとつける
  - ② 2時間程度おく
- 脂や風味、旨味を含むドリップの流出を防いで解凍できます。



# 解凍次第の極上食感 桜鱈の贅沢ちゃんちゃん焼き

今月の一品

つくる  
いえて

つ  
く  
る  
い  
え  
で

FOOD  
DESIGNERS NETWORK

# 桜鱈のいろいろレシピ



## 桜鱈のちらし寿司

材料 (4人分)  
桜鱈 (切り身) 250g  
昆布 (羅白推奨) 適量  
たくあん (刻み) 大さじ2  
みょうが 1個  
大葉 2枚  
青ネギ 1本  
白ごま 大さじ1  
寿司飯 4膳分

- ① 桜鱈は前ページの解凍方法で解凍しておく。
- ② 桜鱈は皮を引いて外す。食べやすい大きさに切り、酢 (分量外) でしめらせた布巾で軽く拭いた昆布に並べる。全体が昆布に触れるように挟み込み、30分~1時間おく。
- ③ みょうが、大葉、青ネギは細かく刻み、少量を残してたくあんと一緒に寿司飯に混ぜる。
- ④ ③の寿司飯を器に盛り、②の桜鱈と③で残しておいた薬味、白ごまを散らす。

## 桜鱈の塩焼き

材料 (1人分)  
桜鱈 1切れ  
塩 小さじ1/2

- ① 桜鱈は前ページの解凍方法で解凍しておく。
- ② 塩を表裏全体にふりかける。
- ③ 魚焼きグリルをやや強めに熱し、桜鱈を表裏こんがり焼く。



## 桜鱈の北欧風ポテト焼き

材料 (1人分)  
桜鱈 1切れ  
じゃがいも 1/2個  
粉チーズ 大さじ1  
小麦粉 大さじ1/2  
塩・こしょう 少々  
サラダ油 小さじ1  
いんげん 適量  
トマト 適量

- ① 桜鱈は前ページの解凍方法で解凍しておく。
- ② じゃがいもは皮をむき、千切りにして水にさらす。
- ③ ②の水を切り、ボウルに入れ、粉チーズ、小麦粉、塩・こしょうを加えてよく混ぜる。
- ④ 桜鱈は全体に塩を軽く振る。③のじゃがいもで桜鱈を包む。
- ⑤ フライパンにサラダ油を熱し、弱めの中火で④の全体を焼き付ける。いんげんとトマトをフライパンの隙間で軽く焼く。

