ととけんの 「魚の知識の腕試し！」 vol.70 ～7月のさかな～

「日本さかな検定（愛称：ととけん）」は、全国各地の豊かな魚食文化やおいしい食べ方など、日本人の心と体を育んできた魚食の魅力を、検定を通じて再発見していただき、魚との“うまい”出会いを応援する取り組みで、受験者が日本の魚食文化の継承者として“魚の語り部”となって、日本の水産・漁業と各地の魚食文化を消費の面から牽引してくれることを願うものです。

一般社団法人日本さかな検定協会　代表理事　尾山 雅一

この連載で腕試しをしながら、毎年のさかな検定（略称ととけん）に備えてください。
今年のととけんは11月3日（祝）に開催で、7月より申込開始です。
今月も24年出題の問題から。
【問題】→解答と解説は 3 ページを参照

3（初）級 （24年Q45出題）

熊本県の南部を流れる球磨川の急流育ちの____は筋肉質で、体長30㌢超の「尺____」も珍しくありません。川沿いでは、ごらんのような____の姿ずしもいただけます。下線部にふさわしい魚を選びなさい。

① アマゴ　②アユ　③イワナ　④ウグイ

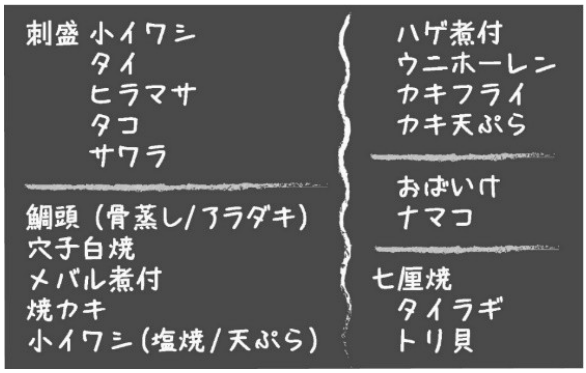
2（中）級 （24年Q58出題）

イワシを使った定番料理のひとつです。さわやかな酸味がイワシとよく合ってごはんがすすむ、この料理を選びなさい。

①梅煮　②ごま漬け　③こんか漬け　④さんが焼き

1(上)級 <u>(24年Q3出題)</u>

この地方の繁華街に地もの中心のうまい魚を提供する居酒屋があると教えられ、訪(たず)ねた店の品書です。ふさわしい季節と地方を選びなさい。



①　早春の金沢　②初夏の広島　③晩秋の松江　④厳冬の弘前

【解答と解説】

3（初）級 （24年Q45出題）

【解答】②アユ

【解説】日本三大急流のひとつに数えられ、たびたび氾濫してきた球磨川は「暴れ川」とも呼ばれ、2020年7月、記録的な豪雨で決壊し、両岸の集落を濁流がおそったのは記憶に新しい。人吉盆地を流れ八代海に注ぐ球磨川は豪快な川下りとともに、昔からアユの名産地としても知られている。水が澄んでいるため太陽の光が川底までとおり、アユのえさとなる藻が豊富にある。さらに、激流で泳ぐことで身が締まり、アユはおいしくなるのだ。塩焼き、甘露煮、背ごしなどに加え、球磨川沿いでは鮎ずしもよく食べられている。伝統的な鮎ずしは、アユの形をそのまま残した姿ずし。鮎の背中から包丁を入れ、背びれ、中骨、ワタを取りのぞいた身に塩をまぶし少し時間をおく。塩を洗い流したあと、酢で締める。締める時間によってアユの身の食感と味わいが変化するので、その塩梅が重要だ。腹の部分がつながった開きのような形の身にすし飯をはさむように詰め、形をととのえて適当な大きさに切ればできあがり。口に運ぶと、アユの独特の香りが広がり、身のうまみを酸味が引き立て、すし飯の味ともからむ。頭から尻尾まですべて食べられ、やわらかな身の部分はもとより、食通は濃厚な味わいの頭の部分を好むという。

2（中）級 （24年Q58出題）

【解答】①梅煮

【解説】“いわしの梅煮”は代表的な煮魚料理のひとつ。魚と相性のよい野菜、山菜、果樹は多く、イワシと組み合わせるものの定番が梅干し。あのさわやかな酸味には、魚のくさみを消すばかりか、食べるとき気になる骨をやわらかくする働きもある。当然、身もやわらかくなり、酸による殺菌効果も得られる。梅煮づくりのポイントは、煮くずれせずにきれいな形に仕上げること。じっくり煮た後、火をとめて冷ますことで身がくずれるのを防ぐとともに味がなじむ。煮汁やつけ汁を酸性にし骨がやわらかくなるイワシの梅煮は、たとえ骨そのものを食べなくてもカルシウムが煮汁に溶け出しているので、身にもしみ込んでいる。煮汁を身にからめながら食べればさらにカルシウムを多くとれる。

②は残ったイワシの刺身でもかんたんにできる千葉県九十九里の伝統料理。③は北陸地方の発酵保存食。④は千葉県外房の郷土料理で、なめろうをハンバーグ状にまとめ大葉などをはさんで焼いたもの。

1（上）級 （24年Q3出題）

【解答】②初夏の広島

【解説】カタクチイワシを塩ゆでして乾燥させたいりこ（煮干し）は、西日本では料理の出汁とりに欠かせない食材。このいりこの状態でなく、生のカタクチイワシを「小いわし」の名で食卓で

楽しんできた広島県民。広島県の夏のプライドフィッシュにも選ばれている。漁場となる安芸灘と燧灘は、カタクチイワシのエサとなるプランクトンが豊富で、身が大きく育つ。また、セリの時間に合わせて毎朝5時に網を引いて出荷するため、鮮度抜群の状態が保たれる。そういえば、身が大きくて新鮮なイワシは「七度洗えば鯛の味」といわれるほど。手開きの刺身をしょうが醤油でいただくのが広島流で、天ぷらも絶品の旨さなのだ。県内漁獲量の7割がカタクチイワシ。穴子、メバル、カキもいわずと知れた広島名産だが、正体不明の「ウニホーレン」とは、ゆでたほうれん草をバターと醤油で軽くソテーし、その上にウニをたっぷりのせた酒肴にして広島市屈指の繁華街・流川の地域限定ご当地グルメである。「ハゲ」はカワハギ、「おばいけ」は西日本でいうクジラの身と尾の間の「さらしくじら」のことで、尾羽毛の字をあてる。