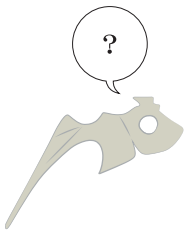
埋もれた価値を知ってほしい、西浅らしさを発掘する



西浅の西浅

NISHIASA NO NISHIASA

Volume
21
2019
Feb

TAKE
FREE

特集

海鼠（なまこ）

美味しい旬のお魚
うおがし通信

なまこ　棘皮（きょくひ）動物と言うウニやヒトデの仲間です

カットしたものは鮮度落ちが早まるため、できるだけ早めに食べるか、酢につけて保存すると良い

最初になまこを食べた人は勇気があったなと思いますよね。古事記に【海鼠】の名称でなまこが出てきます。ですからなまこは１３００年よりもっと前から人間は食用にしていたのですね。

なまこを生で食べるのは日本独特の文化のようです。関東では柔らかい青なまこが、関西では硬い赤なまこが好まれます。赤なまこは入れ歯では噛み切れないくらい硬いのですが適当な熱を加えると柔らかくなります。このなまこの硬さの原因はコラーゲンだと言われていますが、コラーゲンが多いのではなくてなまこの持つコラーゲンの構造上の問題のようです。

この硬いなまこも熱を加えると柔らかくなります「茶振りなまこ」です。まず内臓を取り出し、次にぬめりを取るために塩を沢山かけて振り洗いをします。ぬめりは取れますが磯の香も無くなるので魚屋としてはさっと水洗いする程度でいいのではないかと思います。水洗いしたなまこを少し厚めにスライスして80℃前後のお茶（緑茶なら何でもＯＫ）にさっと通してください。柔らかいなまこになります。味付けはポン酢でも二杯酢、三杯酢でもお好みで召し上がりください。

取締役会長・児玉保次

ナマコでつくる究極珍味を知っていますか？

日本の三大珍味に挙げられるのが「塩うに」「からすみ」「このわた」です。どれも海産物から作るものですが、このわたについては知らない方も多いのではないでしょうか。このわたとはナマコの腸を取り出しよく洗った後、塩につけて熟成させたもので特に寒中の旬のナマコから作ったものが良いとされています。能登国の産物として平安時代の史料に登場するほど古くから食べられたいわば伝統食品でお酒のアテとして現代でも知る人ぞ知る珍味となっています。

このわた（海鼠腸）
瓶で販売されている。そのまま日本酒のあてに、又は茶碗蒸しにのせても美味しい

ナマコは古くは「こ」と呼ばれたことから「このわた（内臓）」と言う名前も納得です。

もう一つさらに希少な珍味が「くちこ（このこ）」です。くちことはナマコの卵巣のこと。

ばちこ（干しくちこ）

ナマコ１匹から取れる太さ１mmほどの卵巣を丁寧に取り出して塩をして、何重にも重ねた上寒風のもと紐にひっかけるように乾燥させたくちこは三味線のバチに似ていることから別名「ばちこ」とも呼ばれます。軽く炙ればこちらも海の香りがたまらないお酒のアテに。究極の珍味、興味のある方は試してみてはいかがでしょうか？

牡蠣の美味しい時期です

牡蠣は毎年１０月頃から出回りますが、出回り初期はまだ身も小さかった牡蠣は今の時期になると身も肥え一番の食べ頃を迎えています。

西浅では２月を牡蠣特集として試食販売やレシピのご紹介などいろいろな形で牡蠣の美味しさをお届けしたいと考えております。お鍋に、フライに、今月は牡蠣料理でお楽しみ下さい！

西浅おすすめ！、岡山県・日生（ひなせ）の一年牡蠣は一年で育つ牡蠣のため独特の苦味が少なく加熱しても身縮みが少ないのが特徴です。

２月３日は節分

節分とは季節の分かれ目のことで、立春・立夏・立秋・立冬の各前日の日をさし、年４回あります。その中でも立春の前日である２月３日の節分は昔は一年の終わり、今で言う大晦日のような意味がありました。厄除けの豆まきやイワシの頭や柊を飾るなどの風習が節分に行われるのも新しい年を迎える準備から来たものなのですね。まだ寒い時期ではありますが西浅の節分イワシと恵方巻を食べて「春」を迎えてみてはいかがでしょうか？

西浅特製
冷凍ではない生のネタをたっぷり使った海鮮巻
※寿司取扱い店舗のみで販売

お魚かたりべの
旬を味わう
簡単レシピ

たこと春菊の和え物

冬に美味しい春菊の香りとたこの食感が楽しめます

＊材料（４人分）＊

・ゆでたこ足・・２～３本
・春菊・・３／４束
=====<A>=====
・玉ねぎみじん切り・・大さじ３
・にんにくみじん切り・・１／２片
・オリーブオイル・・大さじ１
・醤油・・小さじ２
・塩・胡椒・・適量
==========

＊作り方＊

①たこは薄くそぎ切りにする

②春菊は鍋に湯を沸かし、塩少々（分量外）を入れてサッと湯がき水気を切って食べやすい長さに切る。

③ボールにＡを入れ、よく混ぜ合わせる。

④③に①、②、を加えて和える。

レシピ紹介
お魚かたりべ・料理家
森 貴子さん
Blog「穀菜魚食」
http://taka828.blog.fc2.com/

編集後記

今号の特集はナマコです。正直好き嫌いの別れる魚（正確には魚ではないですが）ですよね‥笑　表面のコラムを担当する西浅会長から「ナマコでいこう」と聞いた時には（大丈夫かな‥?）とちょっと思いましたが掘り下げるとこのわたなどは日本人の魚食への探求心というか、真髄が垣間見れ、改めて日本の魚食文化ってすごいなあと関心しながら編集していました。食べた事がない方もチャレンジしてみてはいかがでしょうか。

フリーペーパー
西浅の西浅 について

おめでたい魚としてお祝いごとにも食される鯛には、内側に魚のような形をした骨が隠れていて、これを「鯛の鯛」といいます。江戸時代の書物にも「鯛中鯛」として登場する縁起物です。実は私たちのお店にも隠れた“価値”が沢山あります。そんな“価値”を鯛の鯛になぞらえて、「西浅の西浅」としてフリーペーパーで紹介・発信しています。

近鮮海魚 西浅

鞍楽ハウディ内 烏丸店 TEL 075-451-4959
京都ファミリー内 西院店 TEL 075-321-5750
カナート洛北内 洛北店 TEL 075-707-0805
イオンモール京都五条店内 五条店 TEL 075-326-4574
京都八百一本館内 六角店 TEL 075-223-6780
阪急うめだ本店内 梅田店 TEL 06-6363-6411
近鉄百貨店上本町店内 上本町店 TEL 06-6773-8002
近鉄百貨店草津店内 草津店 TEL 077-561-3537
生協CO・OP二条駅店内 二条店 TEL 075-811-0052
生協CO・OP桃山店内 桃山店 TEL 075-604-5792
生協CO・OPパリティ店内 西京極店 TEL 075-323-4560
生協CO・OP祝園駅店内 祝園店 TEL 0774-98-3453
阪急オアシスかどの店内 葛野店 TEL 075-863-5488
TauT 阪急洛西口内 uroco TEL 075-382-5185
西浅本社 TEL 075-451-5520