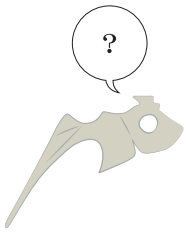


埋もれた価値を知ってほしい、西浅らしさを発掘する



西浅の西浅

NISHIASA NO NISHIASA



特集
真魚鰹

まなかつお

美味しい旬のお魚

うおがし通信

まなかつお

何

時食べても美味しくて「旬」を感じさせない魚です。しかし産卵期が6〜7月なので旬は春の終わりから初夏と言うことになるようです。

漢字では「真魚鰹」や「真名鰹」などとかかれます。江戸時代の辞典に「まなかつお 諺に西国にサケなく東国に真名鰹なしと言えり」と書かれています。

海から遠い京の都では新鮮なカツオが入ってこなかったため、同じ時期に西国で獲れるマナカツオで代用したので鰹の名前が付いたといわれています。和食、特に京料理では焼き物に欠かせられない魚です、照焼の柚庵焼や味噌漬の西京焼の魚として最も美味しい魚です。

京都や大阪では銀色の鱗の剥けていないものは今でもかなり高値で取引されています。骨は柔らかく形も独特なので調理は難しうかなりの経験がないと触らせてもらえない包丁泣かせの魚です。ですから町の魚屋ではあまり見かけることが出来ない魚になりました。

近縁種に「蝶まな」と言われる掌くらいの小型のマナカツオがいます。昔は安かったのが本マナカツオの代理として魚屋でよく売れましたが今では市場でもめったに目にしなくなりました。

取締役会長・児玉保次

魚は「塩」でさらに美味しくなります！

魚 料理といえば塩焼きは定番中の定番ですが、西浅の職人達も包丁で魚を切るだけではなく塩をよく使用しています。この日は長崎県から産地直送のカマスが入荷していましたので開きに塩をするところを撮影させてもらいました。



秋かますとも言われる今が美味しい時期！開きが定番

写真のように塩を直接ふることを「振り塩」と言います。振り塩には塩味を付ける以外にも塩によって適度に表面の身が締まり崩れにくくなる(焼いた時に旨味を閉じ込める蓋の役割を持つ)、浸透圧によって臭みが水分とともに出てくるなど、より魚を美味しく食べる重要な役割を持っています。



振り塩の様子
高いところから塩を振ると均一になる
このことです。また、振り方は塩を手で
写真のように軽く握り、手を振りながら
親指以外の4本の指の間から少しずつ
塩を振っていました。ご参考まで！

手で塩を振るのが難しく感じる方は、瓶入りの塩を振ってもOK！



振り塩したカマス。見事に均一に塩がのっています！

西浅で振り塩をした魚は、ご家庭で食べる頃にはちょうど塩が回って美味しくなっているので買ってすぐ焼いていただいても大丈夫ですが、ご家庭で振り塩をされる場合は焼く30分くらい前には塩をしていただければ大丈夫です。ただ脂の多い魚や厚みのある魚は塩の浸透に時間がかかりますので適度に調整して下さい。塩をしてしばらくすると身の表面に水分が出てきます。この水分は生臭みの元なのでそれをキッチンペーパーで拭くこともお忘れなく。



店頭に並んだカマス
「塩しています」シールが目印

塩焼以外にもフライやお鍋などにも下味や身崩れ防止として振り塩は有効ですのでぜひ塩

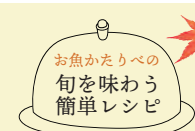
を活用してみてください！

立て塩

振り塩以外にも、塩水に魚をつけて塩味をつける方法もあり「立て塩」と呼ばれます。立て塩は水に対して3%の濃度の塩水(海水と同じくらい)がベスト。身の厚みが場所によって違う魚に均一に塩味が付けられるメリットがあり、また塩水で臭みやぬめりも取れます。魚だけでなくエビなどの甲殻類や海藻にもおすすめ。こちらも時間は30分くらいが目安。ご家庭ではタッパーやバットでできます。

西浅職人のおすすめ「藻塩」

お刺身といえばお醤油とワサビのイメージですが、西浅のお刺身の中には「塩」で食べるのをオススメしているものもあります。(魚種により様々です)お刺身に添付している塩は「藻塩」といって海水と一緒に海藻を煮詰めて作ったミネラルたっぷりの塩です。すだちなどをしぼって塩で食べるお刺身はまた違った美味しさがあります。



鯛ごはん

鯛のあらを使ったさわやかな炊き込みご飯です

材料(4人前)

- ・鯛のあら・・・200g~300g(1パック)
- ・米・・・2合
- ・水・・・350ml
- ・すだち・・・輪切りにして数枚
- ・三つ葉・・・1/2束
(食べやすい大きさに切る)
- ・塩・・・小さじ1
- ・昆布・・・5センチ角1枚
- ・酒・・・大さじ2
- ・薄口しょうゆ・・・大さじ1
- ・生姜(針生姜)・・・1片

作り方

- ①米を洗い、炊飯器に米と水を合わせて30分おく。
- ②鯛のあらは血合いと鱗をとってよく洗ひ水洗いしておく。
- ③①に塩、酒、薄口しょうゆを加えて混ぜる。昆布、水気を拭いた鯛をおく。
- ④炊飯器で炊く(普通モードでOK)。
- ⑤出来上がったら、三つ葉と生姜をちらし、すだちを添えて完成。



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/>



京都にて旬のお魚を味わう料理教室を開催されています。詳細はブログにて

編集後記 いよいよ秋本番!紅葉はまだもう少し先ですが秋のお魚は店頭で賑わっています。裏面には知っているようで知らない魚と塩のお話の特集いたしました。写真を撮らせてもらった時は本当にささ〜と簡単そうに振り塩していた西浅従業員ですが、意外と難しい!長年の職人技を見た気がしました。

<uroco 閉店のお知らせ>

2019年9月30日を持ちまして、TauT 阪急洛西内 uroco を閉店いたしました。ご愛顧いただき誠にありがとうございました。



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。



鞍楽ハウディ内 鳥丸店 Tel. 075-451-4959
京都ファミリー内 西院店 Tel. 075-321-5750
カネート洛北内 洛北店 Tel. 075-707-0805
イオンモール京都五条内 五条店 Tel. 075-326-4574

阪急オアシスカドの店内 葛野店 Tel. 075-863-5488
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

西浅本社 Tel. 075-451-5520