

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

睨み鯛

にらみだい

昭和の時代、宮中のさるお方が「子供の頃、元日の祝い膳には鯛が付いたが朝昼は眺めるだけ、夕食の時始めて焼いて食べることが許された」と書いておられる。

さて関西の焼いた睨み鯛、睨んだ後の鯛を美味しく食べるには、お鍋に入れるか煮付けるか又は身をほぐして鯛茶漬けにすると美味しく食べられます。

取締役会長・児玉保次

新 年おめでとつございます。

日本人は昔から鯛が好きです。NHKのBS時代劇「大岡越前」で事件が解決すると「二件落着」と居酒屋に集まり姿の鯛を料理する場面が度々出てきます。上方の関西でも江戸の街でも祝い事には鯛ですね！赤い色や形がおめでたいイメージを持っているからでしょう。

そしておめでたいお正月には睨み鯛です。正月三ヶ日は飾り物として睨みだけでその場では食べないことから睨み鯛と言うのですが、鯛の目が厄災を睨みつけて寄せ付けなから睨み鯛と言う説もあります。

京都では尾頭付きの鯛の焼き物が用いられます。三ヶ日間縁起物として膳には上げられるが箸は付けずに下げられ、四日になってから箸をつけることが許されます。

国立文楽劇場に
お正月に飾られていた
睨み鯛。黒門市場商店街
の寄贈と記載されている



にらみ鯛

うおがし通信

美味しい旬のお魚

お刺身の基本の切り方

お刺身はブロック(柵)の状態だと鮮度が長持ちし、お値段もお得になる
 事があります。お家でできるお造りの作り方を簡単にご紹介いたします。



平造り

いちばんお造りの中でも代表的な手法です。
 比較的大型で身が厚い魚に用います。
 カツオ やまぐろ・ブリなど。
 包丁の背に人差し指をのせて、その指で
 押しながら自分の手前に引く。

ONE POINT

お刺身づくりは道具も大切、
 切れ味のよい包丁を使うことで断面が
 きれいに仕上がる上、細胞の破損が
 少なく美味しさを保てます。



そぎ造り

一般に身をそぐように薄く切る方法です。
 身の繊維が強い白身魚や、逆に、身がもろく
 潰れやすい魚に適します。
 平目・たこ・かれいなど。
 包丁は斜めに寝かせるように持ち、刃渡り
 を手元から先まで長く使って、片方の指先
 を当てながら引くようにする。

てっさなどそぎ造りを透けるくらい薄く
 切る事を「薄造り」とも言います。
 特に身がしまった魚に使用されます。



細造り

糸造りともいわれますが、身の繊維に対して
 直角に細く切る方法です。イカ類によく用いま
 すが、大型の鯛や平目など白身魚にも、そぎ造
 りのあとに細切りを用いる方法もあります。
 包丁の背に人差し指をのせて、その指で
 押しながら自分の手前に引く。

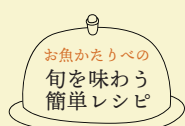
ONE POINT

身に触りすぎると体温により鮮度の劣化
 や傷みが早まります。できるだけ手早く
 切れるよう事前の準備が大事です。

素材の良さを活かす蒸し料理

素材の形や持ち味、栄養分をあまり損なうこと
 なく蒸気で芯まで熱を通す優れた調理法。
 シンプルな調理法だけに、味付等でごまかしが
 きかないので、魚介の場合など、特に、新鮮な
 素材を用いることが大切です。

逆にいえば・・・鮮度の良いものが手に入ったら迷う
 ことなく「蒸し料理」♪素材本来の味が楽しめます。
 酒や塩が臭みをやわらげ、昆布やネギなどの香味
 野菜を入れる事でさらに風味を加えます。
 魚介の蒸しものは強火で一気に、アワビなどの貝類
 などは弱火で蒸しあげます。



ぶり大根

寒い時期に美味しい、ぶり料理の定番です

材料(2人前)

- ・ブリ切身 2切
- ・大根(輪切り) 4切
- ・生姜(針しょうが) 適量
- ・水 300ml
- ・酒 大さじ2
- ・醤油 大さじ2.5
- ・みりん 大さじ2
- ・砂糖 大さじ1
- ・下煮用米の米とぎ汁 適量

作り方

- ①大根は2cm幅の半月に切り、面取りをする。
 米のとぎ汁と一緒に鍋に入れ、沸騰してから
 10分ほど竹串がスーッと通るくらいあで中火で
 煮る。
- ②ぶりは塩をふり、10分おき、ふきとる。
- ③鍋にAを入れ煮立たせ、大根とぶりを入れ
 中火で15分、アルミで落とし蓋をして煮る。
- ④針生姜を作っておく。
- ⑤器に盛り、針生姜を盛って完成。



レシピ紹介
 お魚かたりべ・料理家
 森 貴子さん
 Blog「穀菜魚食」
<https://ameblo.jp/uchinotable>



神戸・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

あけましておめでとう
 ございます。今年も西浅
 およびこのフリーペー

パー「西浅の西浅」をよろしくお願い
 いたします。寒い時期ですが体調など
 崩されていないでしょうか？
 「初物を食べると寿命が75日伸びる」
 とは江戸時代に言われたことですが、
 四季折々の旬の食材はその時期一番
 美味しいだけでなく、新鮮であり栄養
 も豊富です。風邪予防に、免疫力アッ
 プに、健康維持にぜひ旬のお魚を取り
 入れていただければと思います。



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。



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
 カナート洛北内 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