

日本さばける塾 in 今治

日本さばける塾とは、魚をさばくこと、地域の海洋変化や魚種の変遷を学ぶこと、さらに「海を味わう十の技法」による調理体験など、日本の豊かな海の食文化を継承し、輪を広げるイベントです。今回は、今治市でクロダイをさばきました！



愛媛県漁業協同組合宮窪支所
関(せき)運営委員長

クロダイとは？

近年食べられることが少なくなっているクロダイですが、以前から宮窪地区では秋～冬に獲れるクロダイを「鍋割れチヌ」と呼び、鍋が割れるほどおいしいと重宝していたそう。また、古くから出産後の女性が滋養強壮を目的にクロダイを食べる習慣があったようです。クロダイは雑食性が強いので、海藻や牡蠣の食害が課題となっている地域があります。沿岸部や河口のクロダイは味が良くなく食用とされていないケースが非常に多いですが、宮窪地区のクロダイはブランド魚である10ノット真鯛と同じ海域で育ち、同じようなエサを食べているため、味が非常に良い！

和食の伝道師と呼ばれる「近藤一樹先生」考案

クロダイの土鍋炊き込みご飯



【材料(4人分)】		
クロダイ上身	1枚	酒(炊き上がり) 15cc
油揚げ	1/2枚	柚子 適量
人参	1/4本	かやくご飯のだし
洗い牛蒡	1/2本	クロダイのだし汁 600cc
生椎茸	2枚	酒 15cc
三つ葉	1束	味噌 30cc
米	3合	塩 小さじ1/2
		薄口醤油 30cc
		濃口醤油 30cc

【作り方】

- ① 米は洗ってザルに上げ30分おく。
- ② クロダイは適当な大きさに切り、塩をふり、フライパンで両面焼く。
- ③ 油揚げはみじん切りにする。
- ④ 人参は皮をむきせん切りにする。
- ⑤ 牛蒡は表面をたわしで洗い、細い方からさがきにして水にさらし水気をきる。
- ⑥ 生椎茸は軸を取り、水で洗い薄切りにする。
- ⑦ 三つ葉は根を切り落とし水で洗い、塩ゆでにして水気を絞り1cm長さに切る。
- ⑧ ボウルにかやくご飯のだし、炊き上がりの酒以外を合わせる。
- ⑨ 土鍋に米、クロダイ、油揚げ、人参、牛蒡、椎茸、合わせだしを入れて炊く。
- ⑩ 炊き上がりに酒を振り10分間蒸らして、三つ葉を散らし柚子を振りかける。

海と日本プロジェクトとは？

さまざまなかたちで日本人の暮らしを支え、時に心の安らぎやワクワク、ひらめきを与えてくれる海。そんな海で進行している環境の悪化などの現状を、子どもたちをはじめ全国の人が「自分ごと」としてとらえ、海を未来へ引き継ぐアクションの輪を広げていくため、オールジャパンで推進するプロジェクトです。



「変わりゆく愛媛の海」 啓発プロジェクト

愛媛県は瀬戸内海、宇和海と環境の異なる2つの海域に面しており、古くから海からの恩恵を受け海と共に生きてきました。瀬戸内海は多くの島々からなる複雑な沿岸環境や潮汐差が大きいことが特徴で、宇和海は太平洋から流れ込む黒潮の影響で海水交換が良く海面魚類養殖業による生産量が全国1位です。しかしながら、近年瀬戸内海、宇和海では様々な海洋環境の変化が起きてきます。一例を挙げると、海流の変化や地球規模で進む海水温の上昇の影響を受けた魚種交代や海藻・サンゴの分布の変化、生物多様性に寄与する藻場の減少や磯焼け、陸域からの栄養供給低下などによる海の貧栄養化などです。本プロジェクトでは、テレビ番組やイベントでの情報発信を通して「変わりゆく愛媛の海」の現状を伝え、県民一人一人が地元の海の変化に関心を持つ機会を創出します。

海と日本プロジェクト in えひめ



愛媛県内の海に関する情報を随時更新中！
イベントの様子も配信しているよ！



公式サイト



X (Twitter)

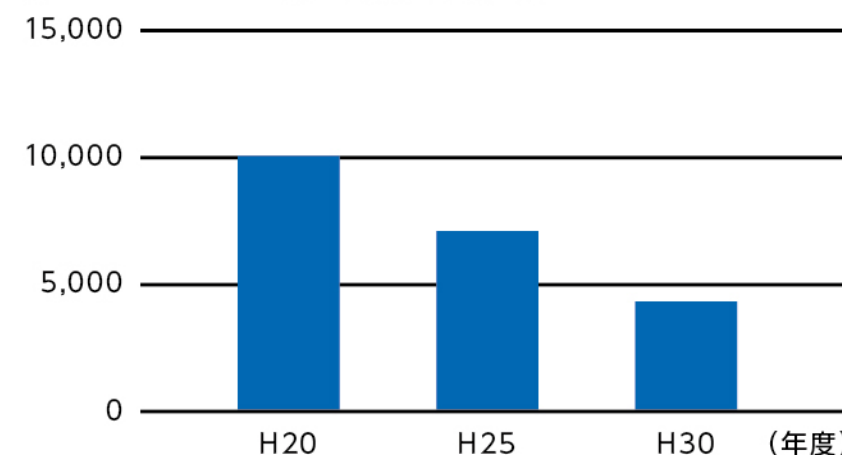


Instagram

今治市の海面漁業生産量



(t) 今治市農林水産課・村上さん



	H20	H25	H30
今治市	10,196t	7,195t	4,381t

※海面養殖業を含まない 参照：海面漁業生産統計(農林水産省)

海の変化が変わり、これまで漁獲されていたマダコやワタリガニなどが獲れなくなる一方でキジハタ(アコウ)、鰯などは比較的年中を通してよく見られるようになりました。

今治市の水産業振興の取組み

ち魚や抱卵ガザミの放流 / ち魚の隠れ場や産卵場所の整備



藻場の再生活動・地元学生への環境学習



海岸清掃および漂流・漂着物の回収・処分



地魚の魚食
普及活動