

大阪の海の幸となにわ伝統夏野菜味わいましょう！

ほも いずみだこ

大阪の魚豊と泉蛸になにわ伝統夏野菜

おおさかもん

楽しむ大阪産夏会席

日時:2008年7月12日(土) 午前11時~午後3時

日本食育者協会 大阪事務局長 太田雅士氏

帝塚山大学 准教授(管理栄養士) 尾立純子先生

会場: 天川茶寮 柿千

大阪の夏野菜伝統・毛馬胡瓜と勝間南瓜と和泉で獲れた鱧と堺の泉蛸をメインに大阪産夏会席をと考え、勝間南瓜でお世話になった門料理長を追って松原の料亭「天川茶寮・柿千」に辿り着き、7月12日を迎えました。



午前11時~12時までは、七福神が鎮座する吹き抜けのホールで、まずは日本食育協会の太田大阪事務局長から「大阪湾産“魚庭物(さかななにわもん)”の魅力と鱧・蛸を楽し

んと題しての講演。播磨灘ならび紀伊水道を取って太平洋とつながり砂地が広がる餌が豊富な大阪湾には、淀川や大和川からの河川の栄養分も流れ込み、一生を湾内で過ごす魚、産卵や餌を求めてやって来る魚、迷い込む魚など季節ごとに230種にのぼる多様な魚介類が生息しています。古くから「魚庭(なにわ)」や「チヌ(=黒鯛)の海」と呼ばれ関西の食文化を支えてきました。



漁業の歴史も縄文時代からはじまり、中世には中心地として進んだ漁撈技術が、房総半島や対馬まで伝えられました。ただ、戦後の経済発展と共に、護岸の埋め立て、深堀りによる海水循環の阻害による一貧酸素水塊等公害による水質・環境の悪化が心配されましたが、下水道の完備・科学物質の汚水の規制によりかなり改善されてきました。大阪府には北は大阪市から南は岬町小島まで24の漁業協同組合があり、多様な網漁業が発展し、現在七箇所の産地市場でセリ・入札を実施していますが、ほとんど漁業者が直に地元仲買人や和歌山・大阪・京都・築地などの市場に出荷し、大阪の卸売り市場へはごく一部しか流通していません。昔から季節性に富む魚が漁獲されている大阪産の魚は量がまとまらないとか、公害の影響を受けていないかなどの風評影響があるうえに、季節により多様で大きさもまちまちなのでスーパーなどの量販店には流れにくく、家庭環境がかかわり、調理方法が分からないとか、魚をさばけないとか、大阪産の魚を何処で飼えばいいのかわからないなど、意外に大阪産の魚が大阪人にはなじみが薄いのですが、「手手かむいわしいらんかえ～」と行商人が売り歩いた身近で新鮮な大阪産の魚について興味をもち意識して地産地消について個人個人が考え暮らしに取り入れていけば、大阪の賑わいを取り戻すことができるのではないのでしょうか。

『大阪府 特選 魚庭(なにわ)の魚』より

- 春 **イカナゴ** 一年の半分を寝ている暑がりの魚
- トリガイ** 大相撲大阪場所の頃が一番美味しい刺身
- イワシシラス** 春は紀伊水道から、秋は大阪湾生まれ
- シャコ** 生きのいいうちに茹でて美味しく味わう
- 夏 **アマナゴ** 夏バテ防止に最適・和食に重宝される食材
- ハモ** 肉にも性格にも、骨のある高級魚
- メイタカレイ** 目の間にトゲがあり触ると痛い「目痛」
- ヨシエビ** 稚エビはヨシの生えている河口育ち
- ネズミゴチ** 砂地住いの庶民の味が激減で高級魚へ
- マイワシ** 側面に「七つ星」の黒点が光る名物魚
- 秋 **マダコ** 貝殻を持たない貝の一種で、大阪湾で産卵
- イボダイ** クラゲを食べる美しい光沢の魚
- サワラ** 1メートルにも成長し冬は太平洋で越冬
- ガサミ** 秋祭に欠かせないカニ 内子は冬眠中が美味
- 冬 **ヒラメ** 左ヒラメに右カレイ、寿命15年で大型の高級魚
- オニオコゼ** 姿より中身の美味しい高級魚
- イヌノシタ** フランスでは舌平目と呼ばれる高級魚

帝塚山大学 准教授 尾立純子先生

ハモは白身でさっぱりしていて 咬む(はむ=かむ)が訛ったともいわれています。大きな口に並ぶ牙(犬歯)や歯は鮫と似た形状をしていて、エラのほかに体表でも呼吸できるのでわずかな水があれば生きてそのまま長時間の輸送に耐えられ昔活魚の乏しかった夏場の京都でも美味しく食べることができた海の魚としてたいへん重宝されました。ハモは水深100メートル付近の海底に棲むために、体を支える強いしっかりした小骨を筋肉内に多数持っています。堺の刀鍛冶の技術が発展し切れのいい包丁が作られるようになり皮一枚だけ残して調理できるようになり関西で多く食べられるようになりました。ハモの皮にはコンドロイチンが多く、肉にはビタミンAやEPAが豊富で血行を促進し、老化防止にも役立っています。蛸は、低カロリーで、タンパク質は少ないのですが、アミノ酸のバランスが非常に良いため、少ないタンパク質でも体に吸収しやすく、血液中のコレステロール値を下げるタウリンも豊富なので血圧を下げる働きや視力低下も防ぎます。また蛸には味覚障害に効果がある亜鉛も含まれています。夏場のものが特に美味とされ、半夏にタコを食べる習慣がありますが、これはタウリンを補給して夏バテを防ぐためといわれています。秋口にメスの体内にある卵は象牙色の袋に包まれており、タコの袋児(ふくろご)と呼ばれ、煮付けて食べ、産卵後の卵はその形状から海藤花(かいとうげ)と呼ばれ、塩漬けにして食べられています。



門睦視料理長:夏の魚・ハモと蛸を中心に、なにわシジミと勝間南瓜と、味が濃い毛馬胡瓜の苦味を口直しのシャーベットで味わっていただき、たこ焼きをくず風味の出汁と素麺と共にさっぱりと味わっていただいたり、今回は特別に猪の牝肉があったのでハンバーグにしてみました。デザートは宇治金時のかき氷をご用意し夏を楽しんでいただくメニューとしました。



お店の前で記念写真



それぞれのテーブルで食事を楽しみました。



7月7日は七夕に因んで、各自の席には笹と短冊に包まれたお箸が鎮座。折り紙に書かれた献立を、遊びながら探して楽しみました。

冷やし鱧スープ豆乳蒸し

ラップに包まれスープ皿が笹の葉で結ばれ、まさに夏のプレゼント。嬉しそうにラップを開けてスプーンで味わうと、冷やし豆乳蒸しのあっさりとしてクリミイな生地の中に隠れている鱧の身と、毛馬胡瓜に勝間南瓜が口の中で夏を奏でるグッドハーモニー。



造り 鱧ちり福差毛馬 胡瓜 たこ焼き 葛仕立 て素麺 柿の葉すし

新鮮な鱧と、蛸の吸盤のシコシコとした感触を楽しみながら、好みで梅酢か味噌酢で味わい。大振り

の蛸焼きと素麺が葛のしっとりした出汁の中に漂い、柿の葉すしにも思わず手が伸びる。

野菜煮物 鱧平天風吉野煮 湯蛸塩焼

毛馬胡瓜の苦味を生かしたシャーベットを口直しに味わい、勝間南瓜やオクラなどの夏野菜と鱧平天の煮物と、傍には茹蛸を毛馬胡瓜のドレッシングであっさり味わう。



生野菜と猪ハンバーグ

牝の猪の柔らかな肉があったからと、特別メニューは獣臭さもなく淡泊で旨み一杯のハンバーグにレタスなど生野菜がびったり。



蛸たたき 豆腐毛馬胡瓜



蛸のたたきに豆腐が添えられミョウガと毛馬胡瓜おろしの苦味がサッパリとしたポン酢味。日本酒もすすむ一品。

蛸飯チーズ焼 なにわじみ汁

和風の蛸飯に意外にマッチするチーズに、あっさりとした毛馬胡瓜のお漬物。大粒のなにわじみ汁が食事を締めくくり、夏を満喫。



宇治金時かき氷



たっぷりのかき氷の上に抹茶の優しい苦味とお手製の小豆はあっさりとした上品な甘さで、夏の暑さを吹き飛ばす美味しさ。

天川茶寮・柿千は7月15日から、柿の葉すしと御蕎麦の専門店に衣替えし、門料理長も辞められ会席料理は献立にはありませんのでご留意ください。

参加者

一般：合尾和代・浅井眞喜・朝川芙美子・小豆沢八重子・池田ハツ子・伊丹久子・兒山万珠代・岡田明寛・岡本京子・小倉澄美・川島渚・楠瀬昌子・佐伯孝子・澤田和馬・志村敏子・辰巳久子・田浦ちずこ・玉田和枝・津川トシ子・利川真純・難波敏晴・難波りんご・中西廣道・西口由美・西野美和子・橋本朱美・藤村・藤本素子・湊本燎子・松井富美・丸山公子・宮川弘子・宮村純子・椋木みち子・宮谷知子・宮谷正美・山本智子
塾生：秋山建人・浅井憲治・大森史子・北村吉朗・北村祥三・下野譲・杉山英三・谷福江・中山恵三・原季美子・原田彰子・東口恵子・平野康子・堀結美子・水本光洋・村上福寿郎・森田秀朗・森欣子・米川俊信