

近江八幡のこだわり食材 沖島の鮒ずし



滋賀県を代表する食文化「^{ふな}鮒ずし」。その鮒ずしの普及活動に取り組んでいる沖島漁業協同組合長の奥村繁さんにお話を伺いました。

近江八幡水郷の食材と食プロジェクト会議事務局
(農業振興課内 Tel 36-5514)

沖島の漁業

琵琶湖最大の島「沖島」は、日本で唯一の淡水湖に人が暮らす島で、多くの人が漁業を生業なりわいとしています。琵琶湖一円で操業し、滋賀県の漁業の中心的な役割を担っています。しかし、漁場環境の悪化などで漁獲量がピーク時に比べて激減していることや、魚より肉類が好まれる魚離れが進むなど琵琶湖の漁業は厳しい状況にあります。

このような中、沖島漁業協同組合（以下、沖島漁協）では、6次産業化や体験型観光への取り組みなど、漁業と淡水湖に浮かぶ有人島の維持振興のため奮闘されています。

手軽に美味しい鮒ずしを

沖島漁協では、湖魚のおいしさを知ってもらうため、湖魚の認知度向上と魚食の普及促進を図っておられます。その取り組みの一つが「鮒ずし手作り講習会」です。琵琶湖汽船㈱との共同企画で毎年7月に開催され、今年で11年目を迎えました。

講習会では、簡単においしく鮒ずしが作れる方法を教えることができますので、毎年定員を超えて応募がある人気の企画です。「ここでの作り方は、滋賀県水産試験場が開発したもので、臭いの発生が少なく水替え



鮒ずし手作り講習会

の手間もないので、管理も難しくありません」と奥村組合長もお薦める方法です。

材料の鮒は、琵琶湖産の天然の子持ちニゴロブナにこだわり、春に獲ったニゴロブナのうろこや内臓などを丁寧に取り、3カ月程度塩漬けしたもの（塩切り鮒）を使用されています。近年はニゴロブナの漁獲量が減り、魚の時期を延ばすなど、鮒の確保に苦労されているそうです。

参加者の評判はよく、「臭いがありしなくておいしいという声や、鮒ずしは手間がかかるものとの認識が変わったとの感想をお聞きします。リピーターの方もおられ大変好評です」と笑顔で話されていました。

琵琶湖で育った発酵文化



滋賀県民のソウルフード「鮒ずし」。

ご飯と一緒に発酵させる鮒ずしは、湖魚の加工や貯蔵手段として一千年以上前から食され、現存する最古の寿司ともいわれています。古来よりお正月や来客のもてなしなど特別な日に食されてきたほか、不足しがちな貴重なたんぱく源として重宝されてきました。

また、鮒ずしは乳酸菌を多く含んでおり腸内環境が改善するほか、消化によく胃腸に優しいため、今では美容と健康に優れた食品として見直されているようです。



～鮒ずしの作り方～

① 塩切りした鮒を洗う



水で塩を洗い流し、ブラシで残ったうろこやぬめりなどをとる。

② 洗った鮒を乾燥させる



水分をふき取り、風通しが良い日陰で数時間干す。

③ ご飯を鮒に詰める



鮒のエラぶたの下やお腹の中にご飯を詰める。

④ 桶に鮒を並べて漬け込む



鮒と鮒が直接重ならないように並べ、一段並べ終わったらご飯を敷く。この作業を繰り返す。

読者プレゼント

湖島婦貴の会の手作り 鮒ずし



3名様

応募方法 / はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を明記のうえご応募ください(1人につき1通のみ有効)

※必ず、ご意見ご感想などをお書きください。

応募締切 / 12月26日(木) 必着

宛先 / 〒523-8501 (住所記載不要)

農業振興課内「広報12月号プレゼント」係

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

賞品発送のために個人情報を沖島漁業協同組合に提供しますので、ご了承ください。

琵琶湖の幸を食べよう
地元でとれた食材は新鮮で、生産者も身近に感じます。また、地元の食文化や豊かな自然環境を守ることにもつながります。おいしい地元食材を食べ、地産地消を推進しましょう。

沖島漁協では、鮒ずし手作り講習会のほかに、塩切り鮒の販売もされています。鮒ずしづくりの工程で、最も手間のかかる塩切り(塩漬)まで終えてあるので、家庭で手軽に鮒ずしを作ることができます。夏の土用の頃に漬け込めば、12月頃には食べ頃になるそうです。

問 沖島漁業協同組合
(TEL) (33) 951111 (FAX) (33) 951133

家庭で鮒ずしを作ることが難しい人は、沖島漁協婦人部「湖島婦貴の会」の鮒ずしを購入できます。湖島婦貴の会では、沖島を訪れた人に、新鮮な湖魚を使用したお弁当や加工品など沖島の家庭の味を提供しています。



▲ (左)えび豆 (中)鮒の佃煮、(右)うろりの佃煮