

食の都庄内かわらばん vol.10

12月2日発行

鶴岡市温海地域・越沢地区で、「100年以上にわたって自家採種により栽培されてきた『越沢三角ソバ』が、在来作物であることが分かった」と10月23日の新聞で報じられました。10月12日には、越沢地区の湧水「郷清水（ごうしみず）」が、平成28年度「里の名水・やまがた百選」として県から選定されています。

このように、地域の方々が代々受け継ぎ大切に育ててきた食の豊かさを実感し、その価値を再発見し、新たな魅力をつくっていく取組みなどをおして、地域の活性化につなげることでこそ、「食の都庄内」が目指しているものです。

・・・庄内の食材について・・・

≪「食の都庄内」弁当プロジェクト 第2弾 『庄内ビストロ弁当』完成記念 ③≫

今回は、「お魚のふんわりソーセージ 庄内野菜添え」の材料からマダイを紹介합니다。お魚ソーセージは、庄内浜で水揚げされた旬の魚のすり身にエビや野菜などを混ぜ込んで手作りしているもので、今頃の時期はマダイを使用しています。

マダイは、「タイ」または「ホンダイ」とも呼ばれ、日本では体形や体色が好まれ、祝い事に広く用いられる高級魚です。タイと名のつく魚は日本の周辺だけでも200種類を超えますが、日本近海に生息しているタイ科の魚は、マダイ、チダイ、クロダイなど13種類ほどで、ヒラメ・カレイ類とともに白身魚の代表となっています。

酒田から鼠ヶ関にかけての沖合には、多くのタイが生育する岩場が点在しています。山形県はタイの名産地で、漁業就業人口1人あたりの漁獲量は全国一位となっており、すべて天然物となっています。

庄内沖は潮の流れが速いことから、身の締まった良質なタイが獲れます。タイは「はえなわ漁業」や「小型底びき網漁業」など様々な漁法で1年中水揚げされており、一般的にタイの旬は春とされていますが、冬の日本海を回遊しているものは身が大きく、脂がのっているなどの特徴があり、庄内では11月から12月の冬場に獲れるものも美味しいといわれています。

マダイは脂肪分が少なく、良質のタンパク質のほか、ビタミンB₁・B₂が比較的豊富に含まれています。高血圧を抑制する効果があると言われるカリウムは、魚介類ではマグロと並んで多く含まれています。



・・・ご案内・・・

山形在来作物研究会公開フォーラム 2016

在来作物を売る ―商品化への知恵と工夫―

県内各地域における具体的な取組みを通して、在来作物の商品化への知恵と工夫について考えてみましょう。

日時：平成 28 年 12 月 10 日（土）

13:30～16:30

場所：山形大学農学部 301 講義室（鶴岡市若葉町 1-23）

※入場無料、申込み不要

○お問い合わせ：山形在来研究会（0235-28-2830. 2829. 2852）