



# ほんものを たべよう

Alter Weekly Order Catalogue

2015.1月5週号

提出日	1/	火	水	木	金
		20	21	22	23
配達日	1/	火	水	木	金
		27	28	29	30
翌々週分配達日	2/	火	水	木	金
		3	4	5	6

## オルターの提案

- 本当に安全な食べものを手渡すために
- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
  - 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
  - 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
  - プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

## スモーク製品 SMOKED FISH

# やみつきになるほどのおいしさ 魚スモーク

いろんな料理を引き立てます。

## 浜吉水産 日和佐燻製工房(徳島県)

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)

### 手作り、無添加で加工

海亀が上陸する浜があることで有名な、徳島県海部郡美波町(旧日和佐町)にある浜吉水産日和佐燻製工房の濱真一代表、朝美ご夫妻は、紀伊水道に面した近くの東由岐漁協や柄の浦漁協などの前浜の鮮度抜群の鮮魚を加工し、絶品の手作り魚スモークを作っています。

製造工程で食品添加物など一切の化学薬品を使わず、スモーク材としては地元の山桜の間伐材のまき、着火剤としては徳島県鳴門市の囀り裏村のウバメガシの備長炭を使うなどの徹底ぶり、文句なしのこだわり品です。

### ビックリのおいしさ

すでに地元の人々の間でたいへんな評判となっており、自宅の冷蔵庫の中の在庫がなくなるのが不安と思うほどのリピーターまで現れています。そのおいしさは、やみつきになるほどのびっくりレベルです。魚臭さとは無縁で、すぐには魚とわからないほどです。

### 新鮮な魚だけを使う

工房から10分にある東由岐漁協の魚は、一本釣りの鮮度抜群の魚です。濱さんご自身が漁協のセリで手に入れます。工房から40分にある柄の浦漁協の魚は、大敷網(定置網)の魚で、これもまた鮮度抜群です。仲買人に協力してもらって購入します。



濱真一代表(写真中央)と濱朝美さん(写真左)

### 調味料はオルター仕様 100%

入荷した原魚は生のままその日のうちに3枚におろし、皮をひいたあと、適度の大きさにカットし、塩水で洗って締めます。そのあと自家製の調味液に3~5日漬け、味を浸み込ませます。オルター向け出荷品の調味料は100%オルター仕様でお願いできることになりました。

調味液で味のついた魚を乾燥室で常温乾燥させたあと、燻製釜でスモークして仕上げます。

### 未利用魚を活かすのが好き

濱さんは、どちらかというとシイラや宗田がつお、サンノジ、ヘダイのような漁協にとって未利用の魚を加工することに喜びを感じています。それら一般が見向きもしない未利用魚、きわも物的存在は、どこか変わりものの自分に似たところがあるとおもしろいと感じるのだそうです。スモークして素晴らしい製品に仕上がったとき、自分が出世したような気分になります。

濱さんのスモークしたシイラのあまりのおいしさに、地元ではシイラはこんなにおいしい魚だったのかと見直され始めたそうです。私もこれほどおいしいスモーク製品にかつて出会ったことはなく、改めてスモーク製品の位置づけを見直さないといけないと思っています。

### 料理を輝かせます

濱さんの魚スモーク品の食べ方としては、子どものおやつや酒の肴としてそのまま食べることはもちろんのこと

ですが、ぜひ料理に使ってみてはいかがでしょうか。

パスタ、チャーハン、茶漬け、冷やしラーメン、ぶっかけうどん、などの具として、かつおぶしやウインナーのぜいたくな代用品としても使えます。サラダにも、オニオンドレッシングによく合います。いろんな料理を引き立てて輝かせることまちがいないです。

### 自然な生き方も達人

濱さんは1979年に徳島市内で生まれました。宮崎大学で水産学を学び、卒業後沖縄県石垣島で「海ぶどう」養殖場の生産責任者として働いた経験があります。沖縄県水産試験場の臨時職員を1年経験したこともあります。両親の老後のこと、沖縄の観光産業の低迷もあって徳島へ帰ることになりました。魚の養殖をしたいと、美波町の志和岐漁協の臨時職員になりましたが、どうしても海面占有権が取れないため、現在の浜吉水産日和佐燻製工房を2010年に始めました。

今後は魚の生ハム、カラスミ、オリーブオイル漬けにもチャレンジしてみたいとのこと。

前浜の自然が守られて魚がいる限り、どんな風にも生きていけると自信满满、いずれは都会から訪れる人々を迎えられる物作りもしたいと夢は広がっています。

オルターへの紹介は、徳島のオルター会員、佐藤紀満恵さんです。徳島のイベントで濱さんの魚スモークに出会い、ぜひオルターへと話をさせていただきました。

## 浜吉水産 日和佐燻製工房の 魚スモーク

●原料
鮮魚.....東由岐漁協 一本釣りの魚 柄の浦漁協 大敷網の魚
醤油.....かめびし「濃口醤油」拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.153
みりん.....角谷文治郎商店「三河みりん」拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.159
味噌.....やさか共同農場「白味噌」「有機合わせ味噌」 オルターカタログ2002年3月3週号、オルターカタログ2010年10月4週号
砂糖.....新光糖業「甘蔗分蜜糖」
食塩.....赤穂化成「赤穂の天塩」
ブラックペッパー.....エヌハーベスト オルターカタログ2013年11月2週号
シナモン.....エヌハーベスト(同上)またはネバリバザーロ オルターカタログ2011年3月2週号
冷凍にんにく.....吉野コスモス会のにっこり冷凍にんにく(☆☆☆)

●製造工程
1 原魚を3枚おろしにし、皮をひき、適度な大きさにカットする
2 塩水で洗って締める
3 真水で洗浄、水切り
4 自家製調味液に漬け込む、冷蔵3~5日間
5 塩水でさっと洗う
6 乾燥室、常温乾燥、約5時間
7 燻製釜 2~8時間 スモーク材 森林組合から山桜間伐材 着火剤 囀り裏村(鳴門)のウバメガシの備長炭
8 扇風機で風乾、表面の粗熱と煙をとる
9 熟成
10 包装
11 湯煎殺菌、70℃ 40分
12 冷凍

《家庭での保存》  
製品は冷凍していますので、そのままなら1年でも保管できますが、解凍後は冷蔵庫で保管し、1週間以内にお召し上がりください。

## 市販のスモーク製品の 問題点

まず使用される原魚の問題があります。操業海域によっては放射能汚染の心配があります。冷凍魚を使う場合は酸化防止剤などの心配があります。鮮度の落ちたおいしくない魚ではおいしいスモーク製品にはなりません。

燻製にするための燻煙材にも問題があります。いろんな木材を粉末にし、植物性樹脂で固めた人工的なスモークウッドが使われています。香りの良し悪しだけでなく、化学薬品が使用されている心配があります。

使用される調味料にはポストハーベスト農薬、食品添加物などの問題があり、一般のおいしい調味料を使っておいしい製品ができるわけがありません。

市販では塩辛くて固いだけのおいしさとは無縁の、ただけむり臭いスモークがあふれています。ソフトでおいしいものを作るには、丁寧で適切な加工技術が必要です。

一般のスモーク製品にはソルビン酸カリウムや安息香酸などの保存剤、酸化防止剤、合成着色剤(カラメル[発ガン性])、人工甘味料(ソルビトール[死亡例あり])、ステビア[変異原性]、異性化液糖(ポストハーベスト農薬)、リン酸塩、酸味料(酢酸ナトリウム)、グリセリン、酒精などの食品添加物も使われています。味付けには化学調味料(グルタミン酸、イノシン酸)や酵母エキスが使われています。中には燻煙をせずに、燻煙臭を化学的に付けているものもあります。