



ほんものを たべよう

提出日	2/ 火 水 木 金
	21 22 23 24
配達日	2/ 火 3/ 水 木 金
	28 1 2 3
翌々週分配達日	3/ 火 水 木 金
	7 8 9 10

2023.3月1週号

Alter Weekly Order Catalogue

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。

天然だし素材

久しぶりに 銀付いりこが獲れた!!

無添加です

やまくに

文責 西川 榮郎(オルター 代表)



左から山下 公一さん、万紀子さん、加奈代代表

力強く澄んだ極上のだし

香川県観音寺市のやまくに、山下 加奈代代表は、たいへん品質の良いいりこ(西日本ではいりこ、東日本では煮干しと呼ばれています)を集め販売しています。

市販のいりこは「生臭い」「使いづらい」というイメージがありますが、やまくにのいりこは、そんなイメージとは無縁の、力強く澄んだ極上のだしが取れ、使いやすいのです。

料理研究家として有名な辰巳 芳子さんもこのやまくにのいりこに惚れ込んでいます。

高級瀬戸内海産

やまくにが扱ういりこの原料カタクチイワシは、観音寺市の前浜、瀬戸内海燧灘(ひうちなだ)に浮かぶ伊吹島周辺の海域で獲れます。

燧灘は水深が20~25メートルの浅瀬、海流が緩やか。海が深いとイワシの身は固くなりますが、伊吹島周辺のカタクチイワシは身が柔らかく、水が浸透しやすく、だしがよく出ます。このことが燧灘産いりこが全国一有名な理由のひとつです。

新鮮なうちに加工

伊吹島では漁場と加工場が近いことも品質の良い理由です。

漁獲したカタクチイワシは、漁船から加工場へ直接パイプで吸い上げ、熱湯で茹でるまでに30分、煮沸したあと、10~20時間後には乾燥を終えています。

酸化しにくいいりこ

いりこの品質はもちろん鮮度と関係しますが、もっと重要なことは脂の乗りです。生食する場合、イワシは脂が乗っている方がおいしいのですが、いりこにするにはむしろ産卵後(6月中旬から約3ヶ月間)の脂の抜けたイワシの方が高品質のいりこになります。酸化しにくく、雑味が出にくいからです。

無添加

瀬戸内海燧灘産のいりこは食品添加物などの薬品の使用はありません。

オルターでは通常、瀬戸内海のような閉鎖的領域の魚は扱っていません。その理由は都市下水からの汚染の流入です。しかし、イワシは食物連鎖の底辺にあるため、その心配はほとんどないと考えています。

今年久しぶりに獲れた銀付イワシ

7月、岸近くにミズクラゲが発生します。そのクラゲの群れの中にカタクチイワシの群れが入り込み、クラゲと一緒にイワシが網に入って獲れることがあります。このときクラゲがクッションとなって網ずれで傷んでいない綺麗な肌のイワシが、「銀付イワシ」です。漁期は2週間くらいしかなく、超貴重なものです。見た目の美しさだけでなく、味が良いのです。なかでも中羽の銀付は身が柔らかく、一晚中水につけなくてもだしが取れ、頭や腹をとる必要もなく最高です。2022年に久しぶりに、この銀付イワシが獲れました。

オルターでも、この数年欠品していました。今回のチャンスぜひ見逃さないでください。

イワシ資源枯渇

この瀬戸内海燧灘の周辺のイワシですが、近年、地球温暖化の影響で漁獲高が減ってきています。業者によっては品質の低い品物も流通させるようになってきました。

やまくにでは、同等の品質を確保するため、燧灘に面した香川県、愛媛県産のカタクチイワシも一部取り扱っています。

丁寧な手選別

やまくにでは、上記の品質の良いいりこをさらに選別にかけます。一匹一匹手選別して納得のいく品質のいりこしか出荷しません。

こうして「銀付いりこ」や普段使いの「大羽いりこ」ができます。

銀付いりこ…料亭や寿司屋でだしとして使われています。すっきりとして、力強い味わいです。

大羽いりこ…よりいりこらしい味わい。しっかりとしたおいしいだしが取れます。普段使いにおすすめ。

いずれも「水出し」「茹でだし」に向いています。

パリパリ焙煎いりこ

やまくにには1887年(明治20年)創業の会社です。オルターカタログ2010年12月2週号で紹介した山上海産はやまくにの前身です。2011年に社名を変更しました。山下 加奈代代表は6代目です。

オルターカタログ2010年12月2週号で紹介した「子どものおやつに最適パリパリ焙煎いりこ」はやまくにで作っています。

パリパリ焙煎いりこを作るために、頭やエラ、ワタを一尾ずつ手作業で実に丁寧に取り除きます。その後、専用の小

さな直火釜を使い、ガスのホテル火でじっくり芯までしっかりと焙煎し、カリッと仕上げています。

おやつ、お茶漬、酒のあて、サラダの具などに活用できます。「パリパリ焙煎いりこプレーン」は水出しや茹でだしで香ばしいだしが取れます。

以前この頭やワタをとる手作業は、やまくにで行なっていたましたが、現在は知的・身体障がい者の就労支援事業所に委託しています。

◆おいしいだしは簡単にとれます

やまくにの大羽、銀付、パリパリ焙煎いりこプレーンはそのまま水出しが取れます。市販品のように頭やワタを取る必要はありません。

おすすめは、1リットルの水に10匹分のいりこをつけるだけの「水出し」。冷蔵庫で1晩置くと、旨味たっぷりの澄んだだしが取れます。このいりこだしは、味噌汁、うどん、炊き込みご飯や煮物などの和食はもちろん、洋食とも相性よし。

◆よいいりこの見分け方は?

背側が盛り上がり、「へ」の字に曲がったいりこが、鮮度のよい魚を加工したよいいりこと言われています。反対に背が反った逆「へ」の字で、腹が割れているのは加工時の鮮度が悪かったもの。色合いは、青みがかった銀白色が上質で、赤茶色なのは脂肪が酸化したよくない状態です。

〈よいいりこ〉きれいな銀色でつやがあり、まっすぐよりも「へ」の字形。口が開いているのは新鮮な証拠。腹が破れていない。脂肪が少なくほどよく乾燥している
〈悪いいりこ〉背や腹が破れている。黄色っぽく変色している(脂焼け)。尾が折れたり欠けたりしている

◆いりこの保存方法は?

「酸化」が大敵ないりこは、とにかく買ってすぐ、新鮮なうちに使い切るのが鉄則です。特に日光が苦手なので、常温におくときは密閉容器に入れ、日の当たらない場所で保存しましょう。可能なら、買ったその日にはらわたとエラを取り除いて保存するのがおすすめです。すぐに使わない場合は、保存袋に入れて冷凍しておけば、約半年間保存可能。

市販のいりこの問題点

一般にカタクチイワシは巻き網や棒受け網といった大量に漁獲する方法で原魚を獲っています。そのためどうしても魚体の損傷がおきてしまいます。加工工程も大型機械で行なっており、丁寧な扱いは困難です。

大型設備を導入すると、脂ののりなど魚の品質に目を配るような余裕もなく、どんどん獲ってどんどん加工するやり方とならざるを得ません。そのため、酸化を防ぐためにビタミンEなどの酸化防止剤の使用が不可欠になります。なかには薬品で脂抜きを行っているケースもあるとのこと。その溶剤の詳細は不明です。

昔は青白く光らせるために蛍光剤が使われていたことがあります。今でも漂白剤を使用しているものもあります。漂白剤の使用は目が白くなっていることで分かります。

やまくにのこだわり

●原料

カタクチイワシ 瀬戸内海燧灘産など
食塩 香川産 一般市販レベル(暫定品)

●製造工程

- 1 漁師が原魚茹で、乾燥したものを入荷
- 2 手選別
- 3 袋詰

◎パリパリ焙煎いりこ

〔プレーン〕 煮干 〔カタクチイワシ 瀬戸内海燧灘産など
食塩 香川産 一般市販レベル(暫定品)〕

〔一味〕 煮干 ※「プレーン」の原料と共通
唐辛子 香川本鷹 オルター基準 ◆
水あめ ぎょうせんあめ 三原館店

〔黒パリパリ〕 煮干 ※「プレーン」の原料と共通
醤油 かめびし