



# ほんものを たべよう **B**

提出日  
12/ 火 水 木 金  
21 22 23 24

配達日  
12/ 月 火 水 木  
27 28 29 30

**年末特別号**  
今年最後のお届けです。

### 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、チェルノブイリ放射能汚染、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。

Alter Weekly Order Catalogue

2010.12月5週号

## カキ OYSTER

# 宮古湾産カキは 無殺菌で出荷しています

身が大きく、プリプリ臭みもなく美味。鍋に入れても縮みません。

## 宮古湾カキ養殖研究グループ

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べ物のネットワーク オルター 代表)



大久保定一さん

### プランクトン豊富な三陸の海で育ちます

宮古湾は世界三大漁場に数えられている、プランクトンに富んだ三陸の海に面した湾内にあります。その宮古湾内で養殖されるカキは、他海域産と比較して短期間に成長し、かつ大粒になります。とくに4～5月に収穫するカキは、餌となるプランクトンが増殖して身入りが大変良く、粒が揃っています。旨味、栄養に富み、大変美味しいカキとして定評があります。

宮古湾カキ養殖研究グループの代表 大久保定一さんは、この宮古湾で2年間カキを手塩にかけて育てています。出荷に際しては一切の殺菌処理をせず、殻をむいたカキを生そのまま出荷しています。宮古湾産のカキは、保健所の関係で生のまま出荷する場合は「加熱用」と表示をしなければなりません。地元の人達は、通常「生」で食べていて大丈夫なのですが、雨などで川水が多量

に流れ込んだときなどを考慮して念のためにそう表示されているのです。

「加熱用」と表示しているのは、殺菌処理をしていないからです。鮮度がおちているから「加熱用」としているわけではありません。



穫れたてのカキ

### 殺菌処理をしない生のままの「加熱用」がおすすめ

「生食用」と表示されている一般のカキは、次亜塩素酸ソーダ処理や、紫外線殺菌、オゾン殺菌などをしており、時に塩素臭いのはそのためです。

ちなみに「生食用」という表示の意味は、殺菌処理を施したという意味であって、決して新鮮だという意味ではありません。むしろ生食用は殺菌処理することにより、旨味が逃げ、水っぽく、身が痩せてしまっています。水分が多いため、熱を加えると著しく縮み、時には異臭がしたりしています。

したがって殺菌処理をせずに、「加熱用」と表示されているカキがお勧めです。殺菌処理をしていないため、ミネラルやグリコーゲン、旨味に富み、水分が少ないため加熱してもほとんど縮みません。「加熱用」は、自己責任のもとで、生食することもできます。十分にお酢に漬けたりすればほぼ安心ですが、ただし、それでも全く当たらないというわけでもありませんので十分にご注意ください。細菌だけではなくプランクトンの毒や、食べる人の体調にもよるからです。おいしいカキの生食にはリスクが伴うということです。

ただし、北海道厚岸のカキのように海域自体、生食が認められている場合は、「加熱用」の表示はありません。

### 味、安全性とも好評

オルターで2004年に実施したアンケートの結果、宮古湾カキ養殖研究グループのカキに関して以下のような声が寄せられました。

- ・身が大きくて、しっかりしていてよかった。ふわっとしていた。プリプリして肉厚があった。市販と比べて明らかに大きく、味もよかった。(大多数)
- ・臭みがない。(多数)
- ・鍋に入れても身が縮まらないのに感激した。
- ・牡蠣は苦手だったが、この牡蠣で食べられるようになった。
- ・もうスーパーでは買えなくなった。
- ・新鮮で安心。忘れていても3～4日十分もった。
- ・ミルクのような味がして美味だった。
- ・広島産より甘みが足りない気もするが、安全なものなので。
- ・お手頃価格で味も毎回安定していた。
- ・粒の大きさがいろいろだったので、家族の好みで分けられてよかった。

宮古湾カキ養殖研究グループのカキは、三陸、宮古の鮮魚を扱っていただいている丸友しまか(有)取扱いです。

## 宮古湾カキ養殖研究グループの 無殺菌カキ(加熱用)

宮古湾は栄養が豊富なので、カキに「雑草」(ワカメ、昆布、ムール貝など)がよく付着します。それを取り除かないとカキに十分な海水(栄養分)が届きませんので、夏場はその雑草を除去する作業があります。「雑草」の駆除にはお湯にくぐらせる湯湯駆除法を用います。お湯に入れて

「雑草」を取り除くとともに、カキに刺激を与えて身入りもよくします。出荷に際しては殺菌処理を行っていませんので、大変おいしく、カキ本来の味を楽しむことができます。牡蠣鍋、カキグラタン、カキソテーなどでお召し上がりください。

### カキは殺菌処理をしていない「加熱用」がお勧め

種別	長所	短所	用途
○ 加熱用 (無殺菌処理)	・殺菌処理をしないため、ミネラル成分やグリコーゲン、旨味に富む ・水分が少ないため、加熱してもほとんど縮まない	・殺菌処理をしないため、生食には注意が必要です ・加熱用という言葉のひびきから、鮮度が悪いとのイメージがあり、利用目的が充分理解されていない ・十分な加熱が必要	・加熱用に最適。ステーキ、蒸し焼き、フライ、鍋などに
△ 生食用	・法律に基づく衛生基準を満たすため、殺菌処理をしているので、生食できる ・多くが殻付のため、高級イメージがある	・殺菌処理により旨味が逃げ、水っぽくなり、身が痩せる ・水分が多いため、熱を加えると著しく縮む	・加熱調理には向かず、生食に限る。生食用は高鮮度というイメージで、加熱料理に使うのは間違った認識

### 一般のカキの問題点

海域の汚染が心配で、オルターでは水島工業地帯の影響を受ける広島産を扱わず、水のきれいな三陸産や北海道厚岸産をお勧めしています。広島産では大量のカキを過密養殖しているため、十分な栄養分が行き届かず、味のノリも悪いのです。また、出荷に際しては食中毒の恐れから、次亜塩素酸ソーダなどの殺菌剤を使用しているのが一般的です。薬品臭があってもいいというだけではなく、人体に有害です。