

15. こんかいわし

イワシを保存食にした庶民の知恵

日本人にとってなじみの味、糠漬け。魚がたくさん獲れた北陸では昔から魚を糠漬けにして保存する習慣があり、フグやニシン、タラのほか、福井にはサバの糠漬け「へしこ」がある。石川県には糠にイワシを漬けた「こんかいわし」が伝わり、古くから庶民に親しまれている。

頭をとり塩漬けにしたイワシを、さらに糠と唐辛子、塩、味噌、醤油をまぜた糠床に漬けて、約半年経てば完成となる。かつて早春に大量に獲れたマイワシを保存するため、漁師たちが江戸時代の天保年間に飢饉の非常食として思いついたとされ、粉糠または小糠がなまって「こんか」になったと考えられている。大量につくられていたため冬や不漁時に重宝され、山間部にも運ばれ庶民の貴重なタンパク源となり、漁師にとっては換金できる大切な商品だった。

食べ方はさまざまで、糠がついたそのままを食べたり軽くあぶったり、糠を洗い流して刺身のように薄切りにして酢やレモン汁をつけてもよい。非常に塩味が強く辛党に人気で、もちろご飯にもよく合う。また料理の具材としても使われ、能登では白菜やきのこの塩漬け、大根・ネギなどの生鮮野菜、こんかいわしを入れて酒粕で煮た「ベカ鍋」、白山麓では野菜の漬物とこんかいわしと一緒に煮た「イジイジ鍋」などの郷土料理が伝わる。またアンチョビ(イタリア料理に使われる小さいイワシの塩漬け)の代わりに使われることもあり、ピザやパスタの具にしてもおいしい。



そぎ切りにしたこんかいわし



糠漬けの状態でも食べてもよい



樽につけてつくられる

メモ 通年、デパートやスーパー、おみやげ店などで販売しており、漬けた樽から取り出して量り売りしたり、真空パックになっていたりと販売方法はさまざま。居酒屋などで提供していることもある。

問い合わせ先 市内デパート・スーパー・おみやげ店など