

庶民的な魚で、金沢の温泉では祭りも開催

カレイはカレイ科に属する魚の総称で、石川県ではマガレイやムシガレイ、ヒレグロ、アカガレイ、ヤナギムシガレイ、マコガレイ、ソウハチなどが獲られる。中でも金沢ではマガレイを「口細がれい」、ヒレグロを「なめたがれい」、ヤナギムシガレイを「笹がれい」と呼ぶ。底引き網が解禁になる9月から市場に出回り、最盛期は2～6月。江戸時代の加賀藩前田家料理人・舟木伝内包早（ふなきでんないかねはや）の著書『料理無言抄』では、口細がれいを「風味優れて上品」と表現している。同書にはさまざまなカレイの料理法が登場することから、金沢では古くから好まれてきたと容易に推測できる。現在も家庭で頻繁に食され、石川県が認定した「石川の四季のさかな」の中では春の魚として紹介されている。

煮付けや唐揚げが定番の食べ方で、新鮮なカレイは火を通したあとの身離れがよく食べやすい。煮たものは口の中で身がほろりと崩れ、やさしい味が広がる。パリパリに揚げればコクが増し、ヒレまでおいしくいただける。また小ぶりのものなら骨と身を分けて揚げ、骨せんせいにしたりあんかけにしたりしてもよい。

市内の割烹や居酒屋では、カレイの煮付けや唐揚げ、薄く塩をふって干した一夜干しなどをメニューに載せていることがある。新鮮なカレイは刺身や寿司ネタにでき、脂ののったカレイはしっかりとした歯ごたえがあり美味。

ちなみに、金沢の奥座敷と呼ばれる湯涌温泉には「鰯(かれい)祭り」という祭礼がある。その昔湯涌温泉の薬師寺の祭礼として行われ、平成15年約90年ぶりに復活した。古式にのっとり、市北西の金石(かないわ)から届くカレイを供え、温泉の繁栄や無病息災を祈願する。



口細がれい



かれいの塩焼き

メモ 市内でカレイ料理を食べる場合は、居酒屋や割烹がおすすめ。近江町市場内の食事処では、カレイの煮付けの定食なども食べられる。スーパーや市場には9月から翌年6月によく出回り、値段も比較的手頃。褐色の体の表面に透明感のあるものが新鮮だ。

問い合わせ先 石川県漁業協同組合 TEL076-234-8815

<http://www.jf-net.ne.jp/ikgyoren/>