

49. バイ貝

コリコリとした刺身は格別、縁起のよい巻貝

バイはエツバイ科の巻貝の総称だが、金沢でバイ貝といえばエッチュウバイのことを指す。日本海の水深 200～500mの細砂泥に生息する巻貝で、殻の長さは 10～12 cm、淡いベージュ色で細い螺脈がある。

バイ貝は金沢ではポピュラーな食材で、鮮魚店の店頭や寿司店でもよく見られる。一番おいしい食べ方は刺身。殻を割り、塩でもんでぬめりをとってから調理する。こりこりとした歯触りと独特の甘みが特徴で、殻ごと焼けば香ばしさが加わり美味。また、バイ貝を殻ごと醤油煮にするつぼ煮は身に楊枝を差し、貝を回しながら抜き取って食べる。ぬめりがあり弾力に富んだ身もコクのある肝も、ともに味わい深い。さらに金沢のおでん屋ではバイ貝を具材にする店もあり、さっぱりとしたダシ汁とよく合う。

バイ貝の漁期は9月から翌年6月、特に冬の時期は味がよい。また、バイ貝という名から「福が倍になる」、縁起のよい食べ物ともいわれている。

このバイ貝とは別に、標準和名で「バイ」とよばれる貝もある。長さ7 cmほどの巻貝で、象牙のような質感と白色の地に紫褐色の班列があるのが特徴だ。金沢ではこれを「アズキ貝」などと呼んでいる。



調理前のバイ貝



バイ貝の壺煮

メモ エッチュウバイとよく似たカガバイという貝もある。金沢市内のスーパーでは、大概、バイは刺身に調理されてパック詰めで売られている。生きた殻付のバイを求める場合は近江町市場や金沢港いきいき魚市がおすすめ。煮付け用の小型のものなども売っている。

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/>