

## 豊かな能登の自然が育む “ 海のミルク ”

ブリや加能がに（ズワイガニ）と並ぶ冬の海の幸。厳寒期のマガキは、うまみ成分のグリコーゲンをたっぷり含み、“海のミルク”と呼ぶにふさわしい豊潤な味わいとなる。生でぼん酢につけてもみじおろしを添えて食べると、とろけるような滋味を堪能できる。

金沢に出回るマガキは能登の七尾湾でとれる「能登カキ」が大部分を占める。小ぶりながらも肉厚で甘みが強い。秋から春先にかけて出荷されるマガキに最もうまみがのるのは1～2月。冷たい海中で育つため身が引き締まり、小ぶりでもうまみは十分。殻付きだけでなく身をむいたものも出荷される。これは「剥き子さん」と呼ばれる産地の女性たちが手作業で一つひとつ丁寧に取り出したもので、洗浄してパック詰めされている。生食用のものは生ガキや酢ガキ、焼きガキ、酒蒸し、寿司ネタに、加熱調理用はカキフライやカキ飯、グラタンとその調理法もさまざま。また冬場が旬のため、鍋の主役としても重宝されている。鍋の中のカキは、身がぷりっとひきしまったら食べ頃。ただし煮過ぎると硬くなって風味が落ちるので注意したい。

大正時代から始まった七尾湾のカキ養殖では、種苗を着けたホタテ貝の貝殻をイカダや浮きで海中に吊り下げる「垂下養殖法」が盛ん。また能登カキの大きな特徴として生育の早さがある。七尾湾には周辺の山林から栄養が豊富な河川水が流れ込み、餌となるプランクトンが多く発生するため、他の産地で2年かかるところを1年で出荷できる大きさに育つ。

なお石川では、夏に旬を迎える「岩がき」もよく食される。



生ガキ



カキフライ

**メモ** 市内の各料亭、割烹、居酒屋で味わえる。料理も提供するバーで生ガキが味わえることも。郷土料理・治部（治部煮）の鴨の代わりに使う老舗料亭もある。2月の食のイベント「フードピア金沢」では、カキの炭火焼を味わう囲炉裏村が名物。パック詰めのマガキは市内スーパーなどで購入できる。

**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/>