

52. サワラ（カジキ）

なぜか方言で呼ばれる万能魚

サワラといえば漢字で書くと「鱈」で、西京焼きなどでおなじみの魚だが、石川県ではサワラというとカジキ（通称カジキマグロ）を指す。これは石川の方言で、飲食店やスーパーで「サワラ」と表示されているものはカジキであることが多い。カジキと一言でいってもマカジキやクロカジキなどがあるが、明確に区分されずに一通り「サワラ」で呼ばれている。

サワラは淡白でさっぱりとした味わいで、鶏の胸肉のような食感だ。調理法は刺身のほかフライ、ムニエル、煮付けなど実に多様。中でも北陸で独特な調理法が「昆布〆」だ。昆布でしめられているのでうまみが刺身に移り、通常の刺身よりも日持ちする。ほかにタイやタラなども昆布〆にするがサワラが特に一般的で、鮮魚店やスーパーでは自家製の昆布〆を販売していることも多い。作り方は簡単で、米酢や日本酒などで昆布をふいてから薄く切った魚を一切れずつ並べて、昆布で巻いて4~5時間寝かせれば完成となるが、もっと長い時間おいておいてもよい。もともとは北前船で大量に運ばれた昆布を活用する調理法として考え出されたと考えられる。

さらに「そで」と呼ばれる腹の部分は、通常の身に比べて脂がのっており、ぷりぷりで非常においしい。そでは刺身や煮付け、ムニエルなどにするのがよいが、ぶよぶよとした皮はおいしくないので食べないほうがよい。

値段も手頃で、金沢の庶民に親しまれている大衆魚といえる。

ちなみに鱈は、金沢では「やなぎさわら」「さごし」などとも呼ばれる。



サワラの昆布〆



サワラフライ



サワラのにぎり寿司

メモ とてもポピュラーなため居酒屋や鮮魚料理店などで食べられる。スーパーなどでも容易に入手できるが、そでは鮮魚店でないと扱っていないことが多い。またカジキの種類によって旬は異なるが、近年は冷凍ものが通年手に入る。

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/>