

料理の味を引き立たせる能登生まれの調味料

日本から東南アジアにかけて、魚を発酵させて作った調味料「魚醤」がある。日本では秋田のしょつつる、能登のいしる(いしり)やよしる、香川のいかなご醤油、海外ではタイのナンプラー、ベトナムのニョクマムなどが知られている。製法や原材料はそれぞれ違うが、このような魚醤文化の連なりはとても興味深い。

「いしる・よしる」はどちらも能登半島北部が主で、豊富な魚と古来から盛んに作られている塩があったからこそ根付いた食文化といえる。金沢ではほとんど作られていないが、能登との活発な行き来の中でいしる・よしるは金沢に根付き、さまざまな料理の隠し味として広く浸透するようになった。

醤油の2倍といわれるうまみ成分が凝縮されており、「いしるの貝焼き」をはじめ、魚介類の煮物や鍋物、焼き物などはもちろん、最近ではフランス・イタリア料理の隠し味としても使われるようになった。独特な臭いが苦手という人もいるが、これはトリメチルアミンによるもので、トマトやレモン果汁など酸を加えて中和すれば臭わなくなる。

一般的に「いしる」はスルメイカの内臓などを塩漬けして発酵させたものを指し、地区によってはいしりと呼ぶこともある。また、「よしる」はいわし、さばの骨や内臓を塩漬けにして発酵させたもの(いわしは丸ごと漬ける場合もある)だが、この使い分けは混在していることもある。

いずれにしても、ともに骨や内臓を無駄にしない生活の知恵から生まれたもの。今でいう「エコ食品」なのだ。



いしるの一例 いしるとよしるが同時に売られることも いしるで魚介を煮る「いしる鍋」

メモ いしる・よしるは金沢市内の食品店やスーパー、おみやげ店でいつでも購入できる。

問い合わせ先 能登町商工会 TEL0768-62-0181 <http://noto.shoko.or.jp/>