

伝えよう金沢の食習慣と料理

押しずし (すし用木枠を利用する作り方)

(12人分 24切れの材料)

米……………5合

(水は少し控えめに炊きます。
酒を加えて炊いても良いです。)

合わせ酢

酢……………60cc

砂糖……………50g

塩……………10g

押しずし用酢じめ鮭…12切

押しずし用酢じめ鰯…12切

生姜…20g (針生姜にします。)

桜えび……………7~10g

紺のり…適宜 (水で戻します。)

すし昆布……………市販品1.5袋

(酢で湿らせた布巾で両面を拭いた後、すし枠に長さを合わせてはさみで切ります。3回分敷き詰められるように準備しておきます。)

すし枠 (木枠) 一式

(作り方)

①すし飯を作ります。

炊きあがったご飯を飯切り桶に
あけて、うちわであおぎながら
合わせ酢を混ぜ合わせ、すばやく
冷まします。しゃもじで切る
ように合わせると飯粒がつぶれ
ません。

②すし枠を酢で拭いて、すし昆布
を敷き詰めます。

③その上に針生姜ひとつまみと酢
じめ鮭をひと切れずつ並べ、す
し飯を均等にのせます。平らに
のばしたところに桜えびと紺の
りを置いてすし昆布を敷き詰め
ます。

生姜、魚、えび、のりは、カッ
トしたときに真ん中に来るよう
に位置をあわせて並べると仕上
がりがきれいになります。

④③の要領で、針生姜、酢じめ鮭、
すし飯、桜えび、紺のり、すし
昆布の順に繰り返し、最後に重
石などをのせて落ち着かせます。
金具で締めるすし枠もあります。

〈作り方のポイント〉……………

1 ご飯に合わせ酢を
切るように混ぜます。



2 木枠にすし昆布を
敷きます。



3 針生姜と酢じめ鮭を
のせます。



4 すし飯の上に桜えびと
紺のりをのせます。



5 すし昆布をかぶせて、
針生姜と酢じめ鮭を
のせます。



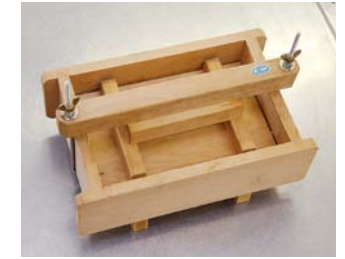
6 最後のすし昆布を
のせます。



主な材料



木枠で押しをかけています。



完成した料理



外枠をはすしたところです。



料理のいわれ・使われている食材

押しずしは主に春と秋のお祭りに作られます。とくに秋のお祭りには収穫されたばかりの新米を使い、豊作を感謝します。

魚は季節によって鰯、鯖、鮭、鱈(しいら)などを使います。3枚におろした後、強めに塩をして数時間おきます。塩を洗ってから酢に2~3時間つけて皮を剥ぎ、ひと口大のそぎ切りにした大きさの切り身にします。

紺のりという、エゴノリを紺色に染めたものと桜えびをあしらいに使いますが、これはお祭りの獅子の模様に見立てたと言われています。その他に木の芽、金柑、針生姜、ゆず、ごまなどものせます。

地域によってひときれのすしの仕切り(包み)が様々で、笹の葉、ハラン、うす板、すし昆布、だし昆布などが使われます。

木枠で押しをしたすしは、味をならすために一晩寝かしておきます。魚とご飯がしっかりしめられたのが金沢の押しずしです。