

5 食材調査②～朴葉寿司の具材について～

(1) マス

多くの地域で使われる具材である。現在は県外や国外から仕入れたマス（サケ）を使うのが一般的である。「朴葉寿司のシーズンには通常の20倍の量を仕入れている」、「脂が乗りすぎていない方が朴葉寿司には合うようで、北海道産の人気の高い（萩原町内食料品店）」そうである。マスは秋が旬とされるが、5～6月に獲れるものも「時知らず」とよばれ、身肉に脂がのっておいしいといわれる。また、マスではなくサバを入れる家庭もある。サバの旬も秋とされるが、ゴマサバは夏が旬とされている。

大正五年に編集された『岐阜県益田郡誌』には、「朴葉鮓とて夏期農家に於て作るものあり、其製法は、飯に鯖肉を加へ、酢を打ち、朴葉に包みたるものなり。」と記されている。現在とは違い、かつての朴葉寿司では、サバを使うのが主流だったようである。

ところで、なぜ山深い地域で作られる朴葉寿司に海の魚を入れるのだろうか。『斐太後風土記』に記載されている「之末」（シマ）という魚は、銀白化したアマゴの方言であり、益田川流域では、マスとはヤマトマス（アマゴマス、サツキマス）のことであつたらしい。かつては川魚としてのアマゴやヤマトマスを使っていたのだろうか。

萩原町にある岐阜県水産研究所では、さまざまな川魚の調査研究を行っている。研究員の方から話を聞いたところ、「昔から朴葉寿司に使うのはマスやサバが主流であり、川魚を使うことはなかった」「海から塩漬けされたマスやサバが運ばれ、使っていたと考えるのが妥当」という話を聞くことができた。

また、下呂市森で寿司屋を営む内垣戸忠司さんからは、「昔の塩づけされた魚はしばらく酢で泳がす（漬ける）必要があった。流通時間を考えれば、相当塩分が濃かったから、切り身にして載せるよりも、身をほぐして酢飯と混ぜて食べたのでは」「価格や嗜好の変化によって、時が経つにつれサバからサケに変化していったのではないか」という話を聞いた。

マスの調理方法は下に示したもののほか、各家庭でさまざまな方法で調理される。アンケートでは、「焼いた塩マスの身をほぐし、酢飯と混ぜ合わせる（高山市）」「酢や砂糖・塩と一緒に鍋に入れ、一煮立ちさせてから使う（萩原町）」「切ったマスの身をフライパンで一度焼き、焦げ目をつけてから酢に漬ける（萩原町）」といった回答があった。

【作り方】

- ①マスの切り身を1cmほどの大きさに切る。②生のまま酢に1晩ほど浸ける。
- ③つけ込んだマスをご飯やミョウガと混ぜる。マスを漬けていた酢も一緒に混ぜる。
- ④混ぜたものを暖かいうちに朴葉に載せ、二つにたたみ、重ねていく。上には重しをのせない。
- ⑤しばらくすると、酢がご飯やマスに染み込み食べ頃となる。



冷凍され、販売されるマス（左）身を細かく切り、トレイ詰めされる（右）
（いずれも下呂市萩原町 JA萩原店）

(2) フキ

初夏に作られる朴葉寿司には、旬の山菜が使われる。キャラブキは、フキを甘辛く煮たもの。出来上がった色が伽羅色（濃い茶色）なので伽羅露という。修験者の保存食を起源としたもの。

【作り方】①ふきをゆでる。②水に1～2時間浸す。③薄皮をむく。④適当な大きさに切る。⑤昆布だし、醤油、酒、砂糖で煮る。⑥30分ほどたったらみりんを加える。⑦やわらかくなったなら2～3時間放置して味をしみこませる。⑧醤油を加えて10分ほど煮る。



混ぜ込んだ酢飯の上にフキの水煮を載せたもの（下呂市萩原町）



「混ぜ込み式」の寿司の上にキャラブキを載せたもの（下呂市萩原町）

(3) しぐれ煮

しぐれ煮は、生姜を加えた佃煮の一種。略して時雨（しぐれ）ともよぶ。「志ぐれ煮」ともいわれる。アサリなどの貝のむき身をしぐれにして、「後載せ式」の朴葉寿司によく使われる。

【作り方】①アサリを酒蒸しにして身を取り出す。②取り出したアサリはむき身にして鍋に入れて、調味料と生姜のせん切りで炊く。③濃口醤油、みりん、砂糖を鍋に入れ、火にかける。④中火程度の火加減で調味料が少なくなるまで炊く。



酢飯にシイタケ、エンドウ、アサリのしぐれ煮、サンショウの葉を載せている（下呂市萩原町西上田）

(4) ミョウガダケ

ミョウガダケはミョウガの新芽にあたり、毎年春に出てくる。ミョウガダケを細かく刻んでご飯と混ぜ合わせることで、香りと食感を楽しむことができる。ミョウガダケを使わず、タケノコを細かく刻んで混ぜ合わせる家庭もある。

【作り方】①ミョウガダケをさっと茹で、甘酢などに漬けておく。②味がなじんだら細かく切る。③炊きあがったご飯に酢などの調味料やマスとともに混ぜ合わせる。



酢飯にマスとミョウガダケを混ぜ込んでいる（下呂市萩原町）