

帯広における初雪の平年値は 11 月 5 日であるが、今年は既に下旬になろうというのに雪の気配が感じられない。帯広での最も早い初雪の記録は、1945 年(昭和 20 年)の 10 月 11 日であり、逆に最も遅い記録は何と 1914 年(第一次世界大戦勃発年、大正 3 年)の 11 月 22 日である。今年は 90 年振りにこの記録を更新するのだろうか？(11 月 18 日記)



(司令部前の赤ゲラの巣を調べてみました。意外に大きいですね。)

朔東は冬支度中だ。蝦夷りすが朝鮮五葉の実を必死に集め貯食に多忙を極めているかと思えば、熊が人里近くに出没し、苫小牧では大騒動だったし、ヒグマと自動車衝突したと言う話もある。動物だけではない。この時期になると、夫々の家庭ではお婆ちゃんや奥さんもその家伝統、工夫を凝らした或いは秘伝のと言うべきかも知れないような「漬物」の準備に大忙になる。野菜や魚を一杯買い込んで行く人の姿が見られるのもこの時期の風物詩である。

北海道の食文化は一寸変っている。内地では赤飯といえ、小豆であるが、当地は甘納豆であり、茶碗蒸しには銀杏の代わりに栗を入れている。すき焼きに豚を入れるのも北海道に多いのではないか。そして、漬物にも特色がある。

元来、漬物というのは、保存食である。暖かい所の漬物は塩分が多く、冬季に食料が不足する所のものは乾燥食品か酒の粕や塩漬けの漬物という事になるのだろう。そして、家々毎に漬けかたや材料も違い、味も微妙に異なる。所謂家庭の味と言うか、おふくろの味と言うか、そして糟糠の妻の味というものかも知れぬ。以下に述べる北海道の漬物と言っても家の数だけの種類があるというべきなのだろう。

北海道の『魚の漬物』に道外の者は一様に驚くようだ。鮭、ニシン、コマイ、昆布、時にはたらこやかすべ等の魚を干し、これを白菜やキャベツ、人参や大根等と一緒に麴で漬けるのである。干して漬けると言うことで、魚の臭いが消え、その代わりに旨みが引き出され、野菜との相性も良いという事だ。栄養価の高い保存食で、鮭の赤みと野菜の色彩のコントラストが良く、食欲をそそられること必定だ。鮭の切り身は干さないと言うが、多分そうなのだろう。製法については見当がつかないので、誰かに教えて貰ったら、紹介する事もある。

さて、北海道のこの「魚の漬物」は、野菜を混ぜる「発酵ずし」と位置付けられ、北海道や東北地方では「いずし」と呼ばれる。

この「いずし」の分布域は、北海道から北陸に至る日本海沿岸地域である。面白いことに

日本海を隔てた朝鮮半島にも似たような発酵食品がある。この様な観点からは、この「いずし文化」は環日本海文化と呼ぶべきかも知れぬ。(最近日本海を東海と呼称すべしという国があるが東シナ海をどう呼べと言う積りなのだろうか。)

この「いずし」の系統で有名なのが、秋田の「ハタハタずし」である。他には、「ねずし」、蕪ずし、しばずし等がこの系統に入っている。「いずし」は一般的に言えば、冬の料理である。

言うまでも無いことだが、「ずし」には、酢をあてて酸味を呈する「早ずし」と、酢を使わずに自然発酵により酸味を得るタイプの「発酵ずし」がある。発酵ずしをナレズシとも呼ぶ。ナレとは発酵・熟成の事である。ナレズシは、主に淡水魚を塩と米飯で発酵させたもので、ずしの原型であり、東南アジアから水田稲作と共に伝わった。ナレズシは、数十日から数ヶ月経ったところで魚を取り出し、食べるのは魚だけで、米は捨てられていた。

ナマナレに対してホンナレというものがあり、ホンナレはしっかり熟成発酵させて飯をこそげ落として食べるのに対して、ナマナレは、発酵の早い段階で止め、飯も一緒に食べる形式である。ずしが御飯料理になった訳であり、その時期は室町時代といわれる。

ナレズシを早く食べる方法として、魚や飯を発酵させないで、代わりに魚や飯に酢を加えて食べる方法が考えられた。これが「早ずし」である。江戸前の握り寿司はこの早ずしが変形したものである。江戸で、酢を打った飯を握りその上にしめた魚等の切り身などを乗せた早ずしが売られ、何時の間にか客の注文に応じて握ると言う握り寿司が生まれた。せっかちの江戸っ子の考えそうなことか。

野菜には、ビタミン類、植物繊維が多く含まれ、それらを乳酸発酵させ漬物にすることで更に Ca、ミネラルなどの栄養分がパワーアップした食材となる。植物繊維が多く含まれていることで文明病を抑止出来るとされ、脂肪をも分解するという事でダイエットにも効果があるという。今までは漬物即ち塩分の取りすぎと考えられ敬遠する向きもあったが、段々と低塩高酢かが進んでいる。従来の二分の一から三分の一になっている。

日本は漬物天国といわれるほど各地方毎に特色のある漬物がある。折角の機会でもあるので、それらを簡単に記してみる。

北海道は魚や海産物の麴漬けや糠漬けが有名である。東北に行くと秋田の燻り沢庵、なた漬け、山形の青菜(せいさい)漬け、小ナスの辛子漬け、仙台の長茄子漬、岩手の金婚漬け、福島の三五八(さごはち)漬け、など多彩だ。

関東では、東京のべったら漬け・福神漬け、栃木の溜り漬け等か、中部では、新潟の味噌漬・またたびの塩漬け、石川のカブラずし・イワシの糠漬け、福井の小ダイのササ漬け長野の野沢菜漬けは小生の好物だ。他に静岡のわさび漬け、愛知の守口漬け、岐阜は品(しな)漬け等、近畿では何故か京都の漬物が多彩だ。千枚漬け、酢茎、しば漬け、菜の花漬け、壬生漬け、日野菜漬けが有名だ。奈良は言うまでも無く奈良漬、梅干も漬物であり和歌山が特産だ。三重の養肝漬け。

中国・四国では、島根の赤カブの糠漬け、鳥取のラッキョウの酢漬け、広島菜漬け、山口は宇部の寒漬け、愛媛の緋カブラ漬け、そして岡山のままかり。九州では、佐賀の松浦漬け・がん漬け、鹿児島山川漬け等か。(以上は百科事典から取捨)

それだけではない、わが郷里にはこのようなものがあるぞとお叱りを受けそうだが、その全てを挙げるのが本稿の趣旨ではないので、御容赦願いたい。

(参考:百科事典、各種のHP etc)