

新潟県の地域振興は特産の食材と伝統の食文化から

本 間 伸 夫

いわゆる村興し、町興しと呼ばれている地域振興について近年特にその必要性が叫ばれている。新潟県もまた、「一村一価値づくり」運動や、中山間地域振興のための「マイスター」制度などが政策として実行されている。しかし、地域振興は言うは易く実行が困難という厳しい現実と直面することか少なくない。ここで、新潟県における地域活性化がよりスムーズにより効果的に進行することを願って、食べ物の素材と食文化の立場から考察を試み、提言を行う。

1. “食”が地域活性化に有効である可能性

新潟県の場合には特に、特産の食材や伝承の食文化を有効に利用することが、地域の活性化に有効であると考えられる。その理由は次のようにまとめることができる。なお、ここでは、食材や食文化などに関わることを総合して“食”と表現することを予めおことわりしておく。

1-1. 食べ物そのものの性質から

①必需品である

人の生存のために不可欠のものであり、その上、その需要は短時間間隔で繰り返される。

②消費し尽くされる

今日では、物が過剰で受け入れ側が飽和の状態にあって、この点、消費し尽くされる食は有利である。また、⑥に示すように、保存は苦手であるので、消費に関わりなく消失することが多い。

③食嗜好の共通性

特に同じ民族では、食嗜好は基本的なところで共通点が多いため、個々の人の中での差違が比較的少ない。そのため、プレゼントの授受が容易であり、共通の話題となり易い。

④原則として安価

食べ物は①の理由から安価でなくてはならないので、自ずから手頃の価格となる。その結果、他の消費財と違って、品質・価格の幅が少なくなるので、土産などの場合、選択が容易となる。

⑤安全性が強調される

食べ物は体内に摂取されるものであるため、その安全性が特に重要であり生産から流通までの信頼性が不可欠である。そのため積極的に慎重・丁寧に取り扱われ、賞味期限表示などが実施されている。

⑥貯蔵性が低い

食べ物の品質は原則として、時間経過とともに劣化するもので、新鮮なほど栄養性・嗜好性が高い。貯蔵によって品質低下は避けられないので、時間の経過に伴い、需要の更新が絶えず起きる。

⑦輸送性が低い

多くの場合、輸送には貯蔵よりも更に過酷な条件が加わるので、本来変質しやすい食べ物の品質が更に劣化しやすくなる。遠距離輸送は品質保持、経費、エネルギーからいって得策でない。食は生産地での消費がベストであるので、何れの場合も、食に関しては生産地は有利である。

以上が食べ物そのものの性質に基づく有利性を示したものである。

1-2. 地域性や地域伝統の食文化から

1-1では、食物そのものの性質に基づく有利性を示したが、ここでは、更に、地域性を加味することによる有利性、即ち当該地域を他地域と差別化することについて述べる。

⑧当該地域の風土に適した原料の選択

原則として、その風土に適した食材は品質的にベストとなるので、その食材から作られた食べ物も高品質となる。例えば、よく知られているように、米のコシヒカリは魚沼の風土に育ったものかベストであり、それを炊いたご飯は最も美味となる。他の地域では、その風土を真似ることはできなく、持つて行くこともできない。

⑨地域に伝承する食文化の応用

地域伝統の食文化はその地域の風土の集大成といえることができる。そこに関係して来るのは、風土の条件と人の知恵と努力、加えて、それを作り上げるに必要とした時間である。例えば、村上には鮭の文化があるが、これはまさに、三面川流域という風土の中で人々が長い時間をかけて知恵と努力により創り上げて来たものである。この文化は村上の土地に花開いたものであって、他の地域では真似できない。

地域の食文化は必ずしも大げさなものとは限らない。例えば、ある地域で生み出され伝承されてきた野菜の品種でもよい、十全ナスや女池菜がそうであり、或いは頸城の「笹ずし」という鮭や佐渡の「やせごま」という団子でもよい。総てが食文化である。

こうした食文化を応用した食を他地域が100%真似することは難しい。何故なれば、その文化が生まれた風土から離れることか不可能であるから。もし、伝統の食文化を応用した魅力的な食が生まれることになれば、それは他に類のない個性的なものとなる。

⑩イメージの合致

イメージが合うということは非常に重要である。幸いにして、新潟県は日本の食料基地として、“食は新潟にあり”というイメージが日本国内において定着しているので、食による地域興しは有利である。更に、食以外のことに食を結びつけることは必然であるので、例えば、観光などでは実際に行われているようである。しかし、多くの場合、その結びつきは漫然としたものであって、“新潟の風土において新潟の食を提供する”という確たる信念があまり認められないのは残念である。

2. 地域性ある食べ物のあり方

まず原料であるが、上記⑦、⑧、⑩から、当然のことながら、材料となるものは、できるだけ新潟県で生産されたものが好ましい。県産のコシヒカリは言うまでもなく、佐渡沖のイカ、新潟沖のノドグロ、頸城牛、佐渡チーズ、大口レンコン、大崎菜、横越ナガイモ、黒埼茶豆、佐渡の平種無柿のように特産的に名の通ったものの他にも、各地に数多くの魅力ある原料が生産されている。これらをぜひ前面に出して活用したいものである。

また、十全ナスは幸いに脚光を浴びているが、笹山ヤキナス、長岡菜、寄居カブ等のように産地名を冠した野菜の発掘と再評価も試みてよいのではなかろうか。産地名が付けば簡単には真似ができないから。これらは種々の理由から、新しい品種に圧倒されて消えてしまったものであるが、例えば、京野菜ではかたくなに古い品種が守られている。これは、その品種を生かす料理法が確立していて、京料理に不可欠なものとなっているためと考えられる。食材が生産された場合には、常に、加工を含めて食べ方も研究しなければならないことを教えてくれる例である。

現今では、安全性の見地から、いわゆる有機栽培農産物や遺伝子組み換え農産物が社会的なテーマとなっている。例えば、現在、大豆は問題の渦中にあるといつてよい。消費者の立場からすると、こうした形の農産物の是非の他に、果たして表示が本当なのかと疑心暗鬼にならざるをえない場面があまりにも多い。そうした疑問に答えるには、消費者の身近かで生産されたものであることを前面に出す必要がある。例えば、新潟県産有機農産物を使用した食品となれば、消費者にとって何者にも代えられない魅力があり、農産物生産者にとっては輸入農産物との競合に勝つ可能性が生じ、食品加工者にとっては差別化が可能となる。

こうした原料を用いながら、⑨の伝承の食文化を応用したものであれば、他に類のないものが出来上がることになる。どんなものが候補に上がるかは後述するが、いずれも新潟の風土に密着したものであり、既に作られていたものであるから技術的にも無理がないはずである。

加工食品の場合、その加工の程度は、いわゆる1.5次産品程度がよく、素材の良さを生かして、高度の加工はしない。地域生産の素材の良さを前面に出し、少量・多種類、手作りで生産量限定、自然に逆らわない季節限定などがベターと考えられる。加工の程度が低ければ、多くの場合、保存性が低

くなることは避けられないので、産直、持ち帰りなどの販売方法でもって対処する必要がある。

一般に、地域生産物の場合には包装に経費をかけないケースが多い。生産量の関係でそうなる傾向は避けられないが、やはり、最大の努力をすべきである。また、表示に対する気配りも不可欠であり、特に、地域特産であることの食文化的背景などを「しおり」などで示すことが必要である。また、可能な場合には、機能食品的な解説も付け加えたい。

いずれにしても、食べ物はそれが生まれてから時間的にも距離的にもゼロがベストであり、その食べ物が生まれた風土の中で賞味することが最善であるので、できるだけ新潟の地で味わってもらいたいものである。

3. 地域興しの候補となる伝承の食

3-1. 候補の食とその分類

「北陸地域に伝承する生活文化の調査と地域活性化への応用」⁽¹⁾の食文化の章に取り上げられた食の数は1680件であり、そのうち新潟県内のものは423件である。この423件の中から新潟県の地域興しに有効と考えられるもの48件を選び出した。この48件の食は、嗜好性、伝承性、希少性の3条件を満足したものである。

重複がかなりあるので最終的には表2の如くになり、その内容から分類したものを表2に示した。料理では煮物と飯物が、加工品では漬物と団子・粽（ちまき）類が多数を占めている。漬物は「鮭漬」などを含む広義のものであるが、魚を素材とした漬物が圧倒的に多い。これは、魚介を用いることで、嗜好性が向上するためと考えられる。飯物と団子・粽が多いのは米産県として有利である。

表1：候補の食の一覧

(1) 料理
1 大海、2 わっぱ煮、3 いとこ煮、4 蓮根の小豆煮、5 おひら、6 かんじょう煮もん、7 ざくざく煮もん、8 びんぴら、9 おぼろ豆腐、10 鮎の石焼、11 酒びたし、12 鮎のうかぶり、13 山餅、14 たんぼ、15 けんさん焼、16 朴の葉のおむすび、17 魚飯、18 串餅、19 せんぞうぼう
(2) 加工品
20 醤油はらこ、21 鮭の塩俵漬、22 鮭の飯ずし、23 鯿大根、24 鯿の麴漬、25 変わり鯿漬、26 鯿の鮓漬、27 押し鮓、28 なめぜえ、29 筍入り梅干し、30 しめ豆腐、31 焼き餅、32 おこわ団子、33 ちまき、34 笹団子、35 おみそ笹団子

表 2：候補の食の分類

料理 (19)	加工品 (16)	
煮物 (7)	漬物 (8)	魚介漬 (2)、魚野菜漬 (5)、野菜
飯物 (5)		果物漬 (1)
焼物 (3)	餅団子粽 (5)	団子 (4)、粽 (1)
炒物 (1)	すし (1)	
汁物 (1)	なめ味噌 (1)	
そば (1)	豆腐 (1)	
餅 (1)		

3－2. 各論

材料や調理または加工方法の概略については、主に、聞き書・新潟の食事⁽²⁾、新潟の味―行事食・郷土食編⁽³⁾、新潟の味―米と料理編⁽⁴⁾を参考にした。

○料理

1. 大海 (ダイカイ) ― (付) のつべ

岩船地方の行事食であって、祝い事や仏事に作る。細切り根菜類、筍、椎茸、こんにやく、鶏肉 (仏事では不使用)、焼豆腐などの煮物、大海という大きな容器に盛る。特に“とろみ”を付けていないが、用途などからして「のつべ」に類似している。演出と名称が魅力的である。

ここで、表 1 にのつべが挙がっていないことに疑問を持たれるかもしれないので説明する。それは、のつべが図 1 に示すようにあまりにも全国的に普遍的な食べ物であるからによる。図 1 には、のつべに類する煮物であって、のつべ、のつべい、ぬつべ、ぬつべい、それに各々に「汁」を付ける場合を含めた名称を持つものの全国的な分布を示した。

しかし、新潟ののつべは自画自賛的であるが、他ののつべよりも上品であるように思えるので、日本料理由来事典には「越後のつべ」と命名した⁽⁵⁾、上品のポイントは、サトイモのとろみを利用して片栗粉を使わないので、粘りが少なくさらっとしているところにある。鮭の身や卵を使うのも特徴とすることかできる。

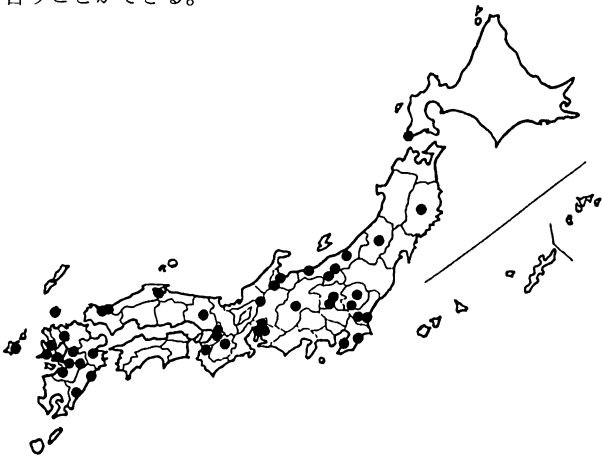


図 1：のつべ類の全国的な分布―聞き書・日本の食生活全集⁽⁶⁾より作図 (本間)

●：のつべ類が作られている地域

2. わっぱ煮

粟島の漁師の浜料理に由来する。焚き火をして、串刺し魚を焼き、小石を加熱する。曲げわっぱに入れた水を焼け石でもって加熱し、焼き魚と味噌を入れ、必要に応じて焼き石を入れて沸騰させる。魚としては、イシダイ、メバル、アイナメなどの白身の磯魚が供される。魚を主として野菜を少なく、ネギを少々入れ程度にする。

金属でも陶器でもない木製容器で加熱するという、ユニークで野趣あふれる豪快な料理である。現在では、島の大事な観光の目玉となっている。

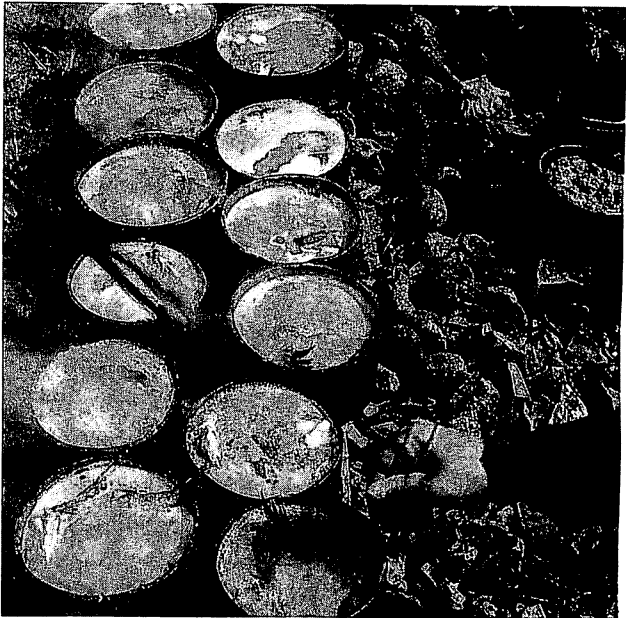


図 2：わっぱ煮―新潟発⁽⁷⁾より

3、4. いとこ煮、蓮根の小豆煮

いとこ煮の名称の料理は全国に分布するが、新潟県でも越後の各地で作られてきた。ほぼ煮えた小豆に輪切りの蓮根を入れて煮る。通常は塩味で調味するが砂糖味の場合もある。祝い、法事、お茶受けに出される。信濃川などが造った沖積平野が広がる新潟県では低湿地が多いため、蓮根の大きな生産地となっている。風土の味ということができる。

5. おひら

「おひら」の名前の煮物料理は広く存在しているが、ここでは、四月の地藏祭りに作る、新発田地方に伝わる手の込んだものを取り上げる⁽³⁾、三角形の厚揚げとこんにやく、大きめの乱切りニンジンとジャガイモ、椎茸を醤油味で煮付け、更に、車麩を煮含めさせてからその中央に卵を 1 個ずつ割り落として煮る。盛りつけには卵入りの車麩を目立つようにする。

車麩は新潟県の特産であり、それを生かした料理ということができる。

6、7. 「かんじょう煮もん」と「ざくざく煮もん」

前者は勘定煮物の意味であろうか、山古志地方の年取りのご馳走である。かんぴょう、里芋、ジャガイモ、蓮根、ニンジン、ゴボウ、こんにやく、油揚げ、豆腐、結び昆布、干し貝、

栗などを大ぶりに切り、醤油や“すまし汁”でもって、一品ずつ丁寧に煮含める。全体を大きな鉢に盛って出されるが、材料と盛り付けの数は偶数とする。素朴にして豪華なご馳走とすることができる。

後者は、前者の材料を乱切りに細かくしたものを一緒に煮込むもので、ざくざくと切ることに由来する名前と考えられる。「のっぺ」に類する煮物である。新年などたくさんのお客がとれるときに作る。

手作りの味噌を煮出して作るすまし汗については醤油と違った風味が期待できる。

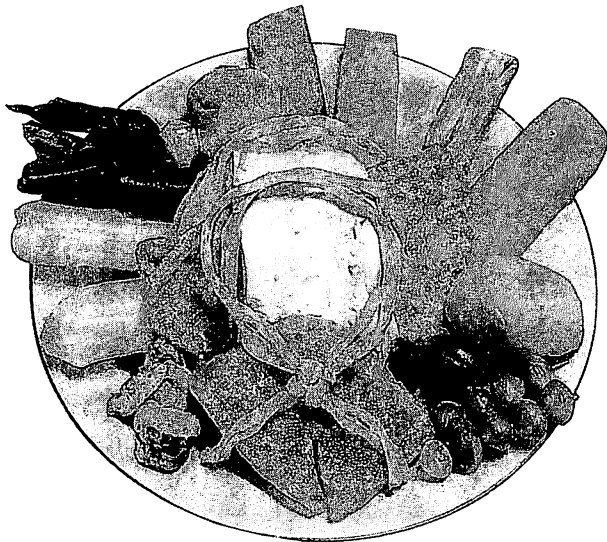


図3：かんじょう煮もん—聞き書・新潟の食事⁽⁷⁾より

8. ぴんぴら

「ほじくりあえ」、「こじくりあえ」ともいう大根のから炒り料理である。行事の時に大量に作られる西頸城地方で伝承される料理である。

千切り大根を沸騰水で湯通してから絞る。別鍋に小口切りのトウガラシを油で炒め、それに細切りの油揚げを加え、醤油・砂糖で大根をほぐすように炒める。歯触りよくびりっとした辛味が魅力的である。

よく炒めると保存性も生まれるので、郷土の味として土産物になる可能性が高い。名前の由来は不明であり、まさに珍しい名前とすることができる。

9. 鮎の石焼

佐渡・羽茂町に伝わる珍しい料理法の食べ物であり、鮎の解禁日に合わせて作られる地域の人々の年中行事の料理である。

河原の平たい石を選び、その上で焚き火をして石を加熱する。石の上に味噌で土手を作り、その内側に鮎、みりん、砂糖などを入れて焼く。骨・頭などを除き、身を上手の味噌と合わせながら賞味する。野菜も同様にして食べる。栗島の「わっぱ煮」に通ずる野趣豊かな豪快な料理である。

食材を直火で焼くのが最古の加熱料理法であるが、焼き石を利用する方法も旧石器時代に始まるので、鮎の石焼きは旧石器時代的料理とすることができる。日本でも現代まで伝承されたものとしては、他に、栃木県栗山村、長崎県厳原町な

どに存在している。特に、栗山の例は羽茂の場合に似ており、イワナ、ヤマメ、山菜などが材料となる。

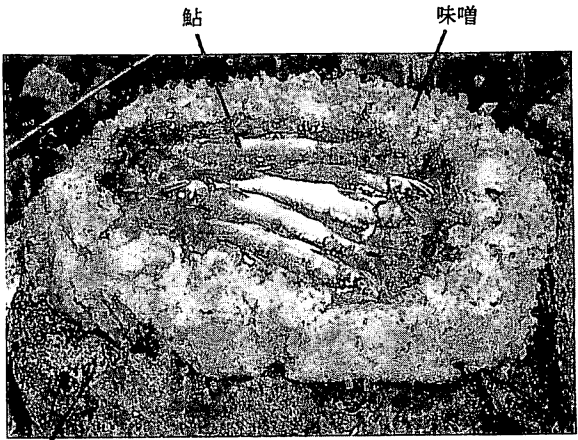


図4：鮎の石焼—新潟発⁽⁷⁾より

10. おぼろ豆腐

単に「おぼろ」とも呼ぶ。頸城地方に伝承される豆腐の作り方である。

豆乳を作り沸騰させてから人肌より少し温かめまで冷ます。ニガリを加えて固まりかけたものをお椀へ掬い取り、デンプンでとろ味を付けたすまし汁をかけ、好みによって、みじん切りのネギや岩のりを散らす。この一連の料理法から「くみ豆腐」という呼び方も生まれている。

おぼろ豆腐は江戸時代の料理書、豆腐百珍⁽⁸⁾に「軟とうふ（オボロウフ）」と記載されている伝統ある食べ物であるが、郷土料理として残っているのは珍しい。是非、多くの人々に賞味してもらいたいご馳走である。

11. 酒びたし

村上地方に伝承されている数ある鮭料理の一つであって、主に、祭りや盆のご馳走となる。

冬の寒風に曝されて、よく乾いた塩鮭の身の部分を適当な幅にぶつ切りにし、皮にさっと火を当ててから皮を剥く。大骨を取り除き、身を揃えて薄く切る。食べるちょっと前に皿に盛って酒かみりんを少々かけると、堅い身が少し軟らかくなって、殊の外、美味しくなる。酒の肴に適するご馳走である。

加工品として、お土産にすることも可能であるが、世界に先駆けて、鮭の母川回帰の性質を見抜いて、鮭の人工孵化の技術確立した三面川が流れる城下町・村上の現地でもって地酒とともに味わってもらいたいものである。

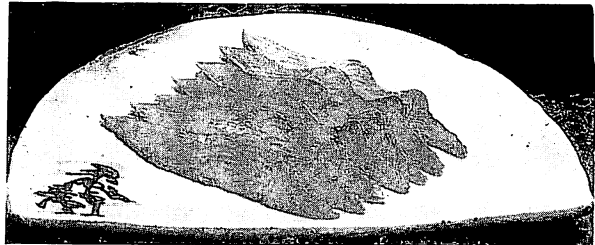


図5：鮭の酒びたし—新潟発⁽⁷⁾より

12. 鮎のもうかぶり

下越地方に伝わるお正月用の保存食である。

鮎の内臓と鱗を取ってからよく洗う。水切り後、串刺しにして焼き、醤油そのもので煮る。正月に食べるまでカメの中で保存しておく。

正月に、切り昆布と千切りニンジンの煮物を作り、先に作っておいた焼き鮎3匹揃えて盛った3匹の上に被せるようにかける。

かつての新潟県には大小の潟や沼が数多く分布していたので、こうした淡水魚の食べ方には種々の工夫がこらされて来た、その一例である。

13、14. 山餅とたんぼ

ともに、炊いた米（ウルチ、またはモチ米を混ぜて）を潰してから筒状や団子状に整形し焼いたもて、更に味噌を付けてから再び焼く場合が多い。主に、山の神様の日の行事食で新米の収穫の祝いや山仕事に食する。全国的には、味噌を付けて焼いた物としては、岐阜南部を中心とした地方に伝わる「五平餅」の名が通っている。またタンボ状にしたもの「切りたんぼ」は秋田の名物料理、きりたんぼ鍋の材料として不可欠である。

五平餅に類するものは、県内各地で作られる。三川の「野郎餅」、鹿瀬の「五平餅」、朝日の「山餅」、下田の「ひこぜん」、湯沢の「ばんだい餅」、上川の「たんぼ」などである。

秋田の切りたんぼに類する食べ方のものに朝日村の山餅がある。炊いたウルチ米をくり鉢の中で搗り粉木棒でよく潰し直径4cm程度に丸める。さがきゴボウを煮て濃いめの味噌汁としてご飯団子を入れて煮る。団子が煮上がったならば、炒りクルミを摺ったものを流し込み、直ちに火を止める。クルミ味噌をつけるところが多いが、汁ものは珍しく、体が暖まるコクのあるもてなし料理である。

いずれにしても、全国的に名前が通っていないだけで、新潟県内にも同系統の伝統食が存在しており、大いに売り出したものである。特に、米の新潟としては。

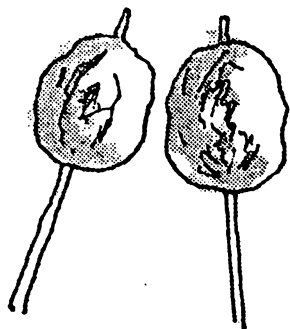


図6：山餅—いいがたの味⁽³⁾より

15. けんさん焼

「けんさん焼」、「けんさ焼」、「けんざん焼き」、「けんしん焼」など名称は少しずつ変化しているが、越後に広く分布している一種の焼きおにぎりである。名前としては、けんさん焼が最もポピュラーとなっている。多様の説があって、名前

の由来はよくわからない。

ご飯を少し固めに炊き、小型のおにぎり程度に丸め（所によっては円盤形）て両面を軽く焼く。串に刺す場合もある。次に、ショウガ味噌を塗りながら両面を焼く。

間食、夜食に食べられるが、宴会の後でお茶をかけて崩しながら食するのも殊の外美味である。

米を大きく変化させるものでなく、素材の質がそのまま現れる料理であるので、新潟のコシヒカリにとって真価を発揮し易いものである。弁当にも適するものと考えられる。コシヒカリの新潟を演出するに最適のご馳走ということが出来る。また、味噌の味付けに変化を持たしてもよい。



図7：けんさん焼—郷土料理とおいしい旅⁽⁹⁾より

16. 串餅

またの名が「けんさん焼」であるので、「けんさん」の名前にかかなりの混乱が認められる。魚沼地方に伝承される蕨入りの朝のご馳走である。

丸餅を予め焼いて柔らかくなったものを串に刺し味噌を両面に付けて焼く。味噌はショウガ、ゴマ、酢などバリエーションをつけることができる。切り餅で作る場合もあるが、丸餅のほうが様になる。

餅の食べ方としては、手の込んだもので、香ばしさがポイントである。東北北部に多い串餅は、ソバ、麦、雑穀などの粉を団子にしてゆでてから、串刺しして味噌を付けて焼いたものであり、岐阜・長野、愛知の五平餅は半殺し飯を串に付けたものであって、餅を串刺しするのは珍しい。

17. 朴の葉のおむすび

朴の葉は大きく、芳香を有するため、朴葉味噌の例の如く食べ物によく利用される。この利用は富山・長野両県以西の中部地方と近畿地方の日本海よりであって、新潟県ではあまり利用されない。

この朴葉のおむすびは主に東頸城地方で伝承されるものであって、黄粉をまぶした丸いおにぎりを2個包んだものである。田植え時のおやつであった。黄粉は豊かな稔りを祈念しているという。

素朴な風味が楽しめるおにぎりとして、観光地やスキー場での軽い食事として売れる可能性が高い。その時、変化を与

えるため、2個のうち1個は別のものにしてもよいが、もう1個は是非黄粉であって欲しい。それが伝承されたものであるから。

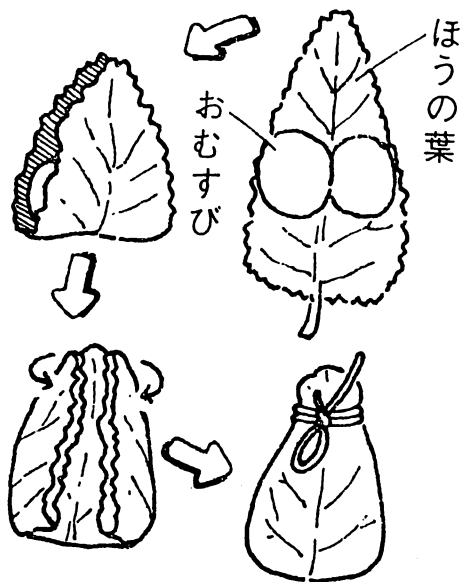


図8：朴の葉のおむすび—いがたの味⁽³⁾より

18. 魚飯

二枚に卸した塩鰯の頭、尾、鰭を除いたものを米の中に入れて炊いたもので、蒸らした後で大骨を引っ張って抜く。小骨もできるだけ除きよく混ぜる。魚沼地方に伝承されてきた豪快な料理である。

類似したものとして、広島県の瀬戸内海沿岸島嶼に伝承されている鯛飯がある。鯛を一匹尾頭付きで炊き込んだものであって、より豪快といえる。その他、鳥取のさば飯、伊豆大島のさんま飯なども一匹物の魚を米と一緒に炊きあげるものである。

種々の魚の身の部分を小さく切って炊き混ぜるものは、全国にかなり広く分布しているが、大骨付きのままで炊きこむものは珍しい。魚沼コシヒカリとの相性はいかがであろうか。再現、普及したいものである。

19. せんぞうぼう

南佐渡に伝わる蕎麦の食べ方で、大根蕎麦ともいう。大根を蕎麦大に千切りにし、固めに茹でてから水を切り、この大根を手塩を少し付けて揉み、搥りゴマに和える。盛った茹で蕎麦の上に先の大根を載せ、かけ汁をかけ、薬味とともに食べる。

蕎麦の珍しい食べ方である。特に、南佐渡では伝統的に美味しい蕎麦が栽培、賞味されてきた地域であるので、この食べ方も伝統のメニューの一つに加えたいものである。

〇加工品

20. 醤油はらこ

下越地方で作られる、鮭の卵の醤油漬けである。冬季、特に正月のご馳走とする。

イクラは鮭鱈類の卵を濃厚な食塩水で洗いバラバラにし

てから短時間飽和食塩水に漬け、水切りし密封低温保存するものである。これに対して、醤油はらは清潔なまな板の上で新鮮な鮭の卵巣の袋を開き、卵を丁寧に取り出してバラバラにして、そのまま直接醤油に漬け込んだものである。

炊き立てのご飯の上に載せて食べると、殊の外、美味である。冬季限定であるが、瓶詰めなどの形でお土産となる。

21. 鮭の塩俵漬

北蒲原・福島潟沿岸に伝わる変わった作り方の塩漬鮭である。塩俵入りの塩を3本の鮭の表面に塗り込み、内臓を抜いた腹の中に詰め込む。次に、塩の入っていた俵の中に塩した鮭を3本ごと頭を下にして入れ、俵ごとぶら下げるので、特徴ある呼び方となっている。ほどよい塩味と美味しい風味がよく保たれる。

この鮭は正月のご馳走として重要な飯ずしなどの材料に用いられる。

22. 鮭の飯ずし

岩船地方に伝承されている数ある鮭料理の一つであって、冬、特に正月のご馳走とである。この地方では、この飯ずし専用の桶が用意されている家があるほど重要なご馳走であった。なお、岩船以外の下越地方では、野菜の入らない鮭の飯ずしもあるがここでは、野菜入りのものを紹介する。

塩鮭を一口くらいのそぎ切りにし水で塩抜きする。大根、ニンジン短冊にしてさっと湯通し、ユズ皮を千切りにしておく。麴を混ぜたご飯に塩と酢を好みで味付けしておく。桶の底から、笹葉、麴ご飯、大根・ニンジン、鮭、数の子、ユズ、笹葉、これを繰り返す。最後の笹葉の押し蓋を置き、十分な重石を載せ、涼しいところに15から20日置くと出来上がる。手数のかかるものであるが、見た目もよろしく、至って美味である。

この種の「鮭漬け」は北海道・東北の日本海側、それに新潟県の北部に分布するものであって、中でも岩船のものはかなり洗練されたものと言える。加工品として、お土産にすることも可能であるが、高い鮭の食文化を生んだ村上の風土の中で、それも冬に味わってもらいたいものである。

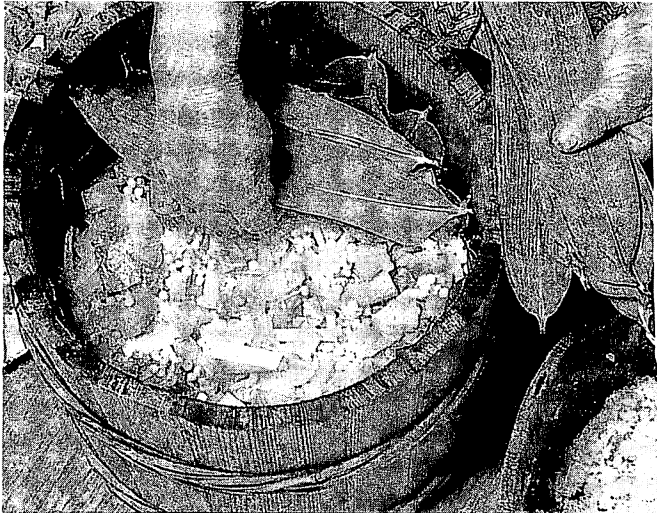


図9：鮭の飯ずしの仕込み —聞き書・新潟の食事⁽²⁾より

23.24. 鯨の麴漬、鯨大根

全国的にかなり広く分布する一種の鯨漬であり、雪の多い地域での冬の食べ物で、主に正月のご馳走に供される。主な原料は身欠け鯨、数の子、大根（その他ニンジンを入れる場合がある）、米麴、食塩である。ここでは、古志郡での例を示す。なお、鯨大根はニンダイコと呼ばれるのが普通である。

身欠け鯨を米のとぎ汁に浸漬し洗い、一口サイズに切る。大根は大きくそぎ切りにする。鯨、ほぐした数の子、大根、塩麴を混ぜて容器に漬け込む重石をする。さくさくとした大根の歯触りと独特のうま味は高度のものである。次々と食べていくが、春になり暖かくなると風味が落ちる。

石川県や富山県の「かぶらずし」に匹敵する冬の味覚といえることができる。保存性が極めて低いものであるので、お土産というよりは、雪国の風土の中で賞味することが望ましい。

25. 変わり鯨漬

大体のところ、23鯨の麴漬と同じであるが、それよりも早漬的である。大根、ニンジン、キャベツ等を稍細かく切り下漬け、麴はぬるま湯に混ぜて軟らかくしておく。塩麴、野菜、鯨、煮た大豆を層状に漬け込んでいき、重石をする。正月と冬の味覚である。

28. 鯨の鯨漬

越後の各地に飛び飛びに分布している。ここでは、下越地方の2例⁽³⁾を挙げる。

作り方(1)は、おおよそ鯨の麴漬に類似するが、米飯も使うところが異なる。まず、米飯と麴を混ぜて一晩ねかせておき、一方、酢、みりん、食塩で調味液を作る。容器に麴・米飯、前処理した身欠け鯨、ユズ皮の千切りの順で入れ、調味液を振りかけ、全体を押しつける。繰り返して、最後に笹葉を置き重石をする。一ヶ月くらいで仕上がる。

作り方(2)は(1)に準ずるが、麴を使わずに米飯のみであるのと鯨が生であるのが異なる。即ち、米飯と食塩を混ぜたものの上に、鯨の内臓を取って洗って水気をよくきったものを並べ、その上に塩・米飯を載せる。繰り返し、最後に笹葉を敷き十分な重石をする。二ヶ月くらいで仕上がるが、かなり暖かくなるまで食べられる一種の保存食である。

共に、野菜を入れない飯鯨の系統であって、野菜を入れないので一種の馴れ鯨でもある。馴れ鯨としては琵琶湖の鮎鯨が有名である。前者(1)の鯨漬は最初から酢入りの調味液が入るので一種の即席の馴れ鯨といえることができる。後者(2)はより鮎鯨に近い。冬季限定のご馳走である。

26. 押し鯨

頸城地方で主に春の田植えやお盆のご馳走に作るものであり、多くの家庭で専用の鯨箱が用意されている。

鯨飯を作り、各種の具を用意する。代表的な具としては、椎茸、ヒジキ、ニンジン、ゼンマイなどを甘塩味で煮付けたもの、大根の味噌漬、甘酢に漬けほぐした塩鯨の身、厚焼き卵か炒り卵などであり、各家庭で色々と工夫する。鯨箱にの底に笹葉、ご飯、具、笹葉、ご飯、別の具、というように繰り返す。最後に笹葉を敷き押し蓋を置いて重石をする。2時

間ほどで出来上がるので、取り出し、切って供する。

見た目にも華やかなもてなし料理である。こうした箱ずしは全国的に分布しているが、何段にも異なった具を入れ、段と段の間に笹葉を敷いて食べやすくしたものは珍しい。冷めても美味しいコシヒカリの特性を生かして、この食べ物が広く受け入れられることが期待される。



図10：押しずし一聞き書・日本の食生活全集(3)より

27. なめぜえ

「なめぜ」とも言い、佐渡に伝わる金山寺風の旨め味噌である。

味噌煮で出る大豆の煮汁（みそあめ）に昆布、大根、塩漬けナス、煮豆などを入れ、昆布が軟らかくなるまで煮る。味噌で味を整え、更に米麴をいれる。カメに入れ、二週間ほど保存すると出来上がる。

温かいご飯や焼いた餅、漬物などに付けて食べると殊の外美味しい。

28. 筍入りの梅干し

佐渡では普通の梅干しに、梅の他に、ショウガ、ミョウガ、マダケの筍を切ったものを漬けることが多い。全国的にみて筍の梅干しは珍しい。佐渡にはマダケが多く栽培されているので、その筍の利用は合理的である。保存性があるので、「佐渡の梅干し」として、梅と筍などを一緒にしたものをお土産にどうだろうか。

29. しめ豆腐

北蒲原地方に伝承された食材と料理である。

木綿豆腐を藁筒に入れて、巻き締めてから塩を入れたたっぷりの湯で煮て固める。藁筒から出して、適宜に切って煮込み料理に使う。

こうしたしめ豆腐は、前述の「豆腐百珍」に「苞とうふ(ツトクフ)」として紹介されるほど古く、また現代では全国各地に僅かに分布するのみである。例えば、群馬県吾嬭地方では新潟のものと同じく藁で包んでから、東京都奥多摩地方や愛媛県宇和島地方では簀巻きにしてから煮て固めている。

全国的にも珍しいものであるため、この豆腐を再評価し、それを生かす料理も研究したいものである。

30. 焼き餅

県下各地で作られてきた円盤形の米団子であり、ウルチ屑米粉とモチ米粉を捏ねて中に野菜の具を入れて焼いたものである。ここでは北蒲原での例を紹介する。具としては、ニンジンとゴボウのきんぴら、大根の千切りを茹でたもののゴマ和え、アラメやヒジキに打ち豆、油揚げを醤油味で煮付けたもの等である。また、焼くとき、焦げ付かない様に、ほうろくの上に藁を敷く工夫が面白い。

「やきもち」、「やくもち」、「あんぼ」、「あんぶ」、「ふーふーぱたぱた」、「ふーふーぼんぼん」等のように、焼き餅の呼び方は多様である。これほど名前を多く持っているのは、生活に密着していたためと考えられる。更には、ヨモギを入れて「蓬あんぼ」または「もぐさあんぼ」、カキを入れて「柿あんぼ」等もある。

信州には小麦粉から作った「おやき」が観光土産として大々的に売られているのに対して、米の新潟県では米粉で作った「やきもち」或いは「あんぼ」が観光土産であってもよいのではないかな。

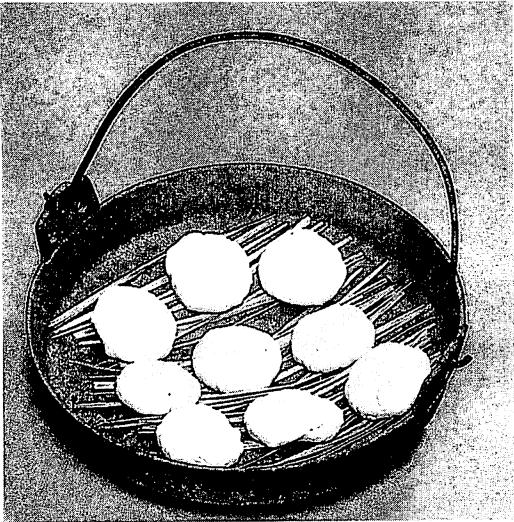


図11：ほうろく鍋で焼く「やきもち」―聞き書・新潟の食事⁽³⁾より

31. おこわ団子

中下越に伝承されている一風変わった団子である。主に、田植えや祭りのご馳走である。

モチ米粉とウルチ米粉を捏ねて団子に丸める。この団子に餡を入れる場合もある。モチ米を蒸かしておこわを作るが、このとき、小豆やインゲン豆を入れる場合もある。蒸したおこわに団子を並べ、再び蒸し上げた後、団子の外側におこわが付くように転がす。

その形から豊作を祈念するものである。似たものとして、埼玉県に「いがまんじゅう」がある。餡入りの小麦粉まんじゅうを赤飯と一緒に蒸かし、外側に赤飯の米粒を付けたものである。米作地帯と麦作地帯の風土の中で生まれた、それぞれに珍しい特徴ある食べ物である。

32. ちまき

三角形であるので「三角ちまき」ともいう。新潟県では中

・下越地方で月遅れの端午の節句を中心として作られる。

チマキザサでもって浸漬したモチ米を三角形に包み、スゲで縛り煮たものである。黄粉や砂糖醤油を付けて食べる。モチ米の粒白米を用いるものであって、米が豊かに穫れる地域に限られた贅沢な食べ物と言える。

この三角ちまきは新潟県その他、福島県・会津と中通り、山形県、秋田県南部にのみ伝承されるものである。中でも、庄内地方と隣接する岩船郡山北町の「あくまき」は米の浸漬や茹で上げに木灰浸出液を用いるもので、米粒が黄変軟化していて、独特の風味を有している。

いずれも、素朴な風味であるが、付けるものに工夫があれば面白い。保存性があることも優れた点である。販売上、笹団子との組み合わせも考えてよいのではないかな。

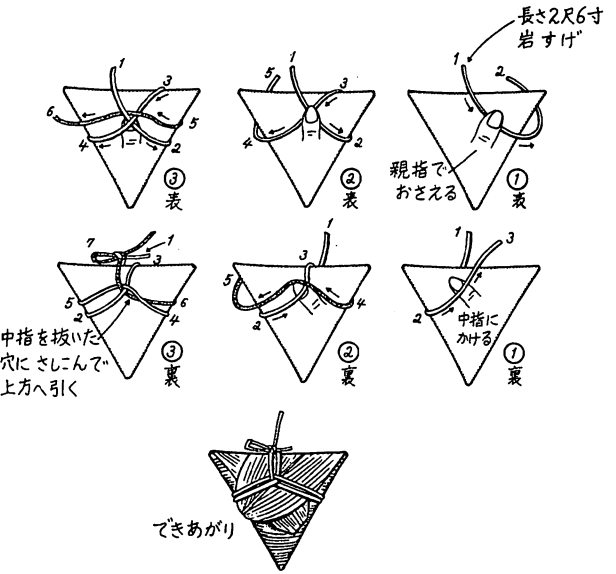


図12：三角ちまきの結び方―聞き書・新潟の食事⁽³⁾より

33. 笹団子

県内では中・下越地方で田植え上りを中心とした頃に作られる。この頃は新笹の採れる時期でもある。

ウルチ米粉とモチ米粉それに茹でて潰したヨモギを合わせて練り、餡を入れて丸め、チマキザサでもって俵形に包み、スゲで縛り、茹でるか蒸して作る。ヨモギの代わりにオヤマボクチの葉もよく使われる。

笹で包んだ形がよく、笹とヨモギの風味が嬉しい。保存性もよいので、お土産として尊重されている。ただし、注意しなくてはならないことは、会津地方にも笹団子に類したもの（名前はつの巻き、または笹団子）が、伝統的に存在することである。但し、この地方の笹団子は越後より阿賀野川経由で伝播したものである。

34. おみそ団子

下越地方で記録されているもので、笹団子の餡を砂糖味噌で置き換えて作る。餡以外は通常の笹団子と同じである。この他、クルミ味噌、ゴマ味噌でもよい。長野県の「おやき」の餡に変化があるように、笹団子にも変化を持たすことを考えたい。

結 び

新潟県の地域振興を、食材と食文化の立場から若干の解説を試みた。

地域興しの候補として35点の伝統の料理と加工食品を取り上げたが、これはほんの一部であり、まだまだ埋もれているものが多すぎるくらい存在している。思いついたものを順不同で列挙してみても、のっぺ、笹餅、うるめの佃煮、棒鱈煮、氷頭なます、笹ずし、から鮎、ホッケの鮎漬、数の子入り酢豆、シソの千葉漬、菊のひたし、生ぐさこうこ、へぎ蕎麦、ざわ、ぜんまい煮もん、煮菜、ズイキの酢漬、いごねり、けんちん汁、そばどじょう、かた団子、カヤ巻団子、やせごま・・・など、きりかない。

お互いに、調査し、発掘し、情報を提供しあって、地域興しに、より効果的に役立たせたいものである。この解説が実際の場において少しでも役に立てば幸いである。

文 献

- (1) 本間伸夫、山崎光子、菅井清美：北陸地方に伝承する生活文化の調査と地域活性化への応用、(財)北陸建設弘済会「北陸地域の活性化に関する研究助成事業(H7-D-024)」報告書(1996.3)
- (2) 本間伸夫編著：聞き書・新潟の食事、農文協(1985)
- (3) 新潟県農業改良協会：新潟の味、行事食・郷土食編(1981)
- (4) 新潟県農業改良協会：新潟の味、米と料理編(1988)
- (5) 本間伸夫：日本料理由来事典(奥村彪生他編) p190、同朋舎出版(1990)
- (6) 各都道府県別編集委員会：聞き書・日本の食生活全集、全50巻、農村漁村文化協会(1984-1993)
- (7) 新潟発、No.5、平凡社(1998-秋)
- (8) 平安東卓老人訳：豆腐百珍、大曜(1985)
- (9) 朝日新聞社：郷土料理とおいしい旅10、新潟・富山・石川・福井編、朝日新聞社(1985)

