

夏の天草は、

特集

食の



天草ならではの風景。
それは、イルカが跳ねる
青と緑の階調豊かな海だけでなく、
食のなかにもありました。
夏の天草を旅するあなたへ。
忘れえぬ景色と、
それを彩る人々の姿を、
特集で紹介します。

絶景。

「奴寿し」のアカウニの握り。何もつけず、そのまま口に運んで味わう。

アカウニの握りは皿に盛らず、客に手渡しするのが「奴流」。2022年に改装した真新しい店内はカウンターのみで8席。

天草
夏の風物詩
アカウニ
No. 1

天草の アカウニ。 夏だけの 特別な 出会い。

夏の天草でわずか

2か月しか出回らないことから、
幻の高級ウニともいわれるアカウニ。
美食家はもとより、予約が取れない
天草きっての名店「奴寿し」の店主も、
その時期の到来を毎年心待ちにしているほど、
味わいは格別です。
あなたも、天草のアカウニならではの
「濃厚な体験」をしてみませんか？



郷土料理を
食べるなら、夏は
「鯛そうめん」を
召し上がれ。



天草の郷土料理、
鯛そうめん。

鯛の煮汁でそうめんを
食べるこの料理の名前を、
初めて目にした方も
多いかもしれません。

「鯛そうめんなら、河丁さん」。

そう地元の方々が

名前を挙げる料理店

「さしみ屋 河丁」を訪ねると、

店主の小林孝俊さんこばやし たかとしが

この郷土料理について
話してくれました。



セリの活気がやまないうちに、魚は店へ。



変わる天草の海。けれども、
変わらない海へのまなざしが、
郷土料理を未来に伝える。

出汁は臭みが出ないよう、温かめに。



ふつらと真っ白に炊いた鯛の身を味わう。 香りと彩りを添えるネギ。



そうめんは、天草の対岸・島原産。



丸ごとの鯛を、干し椎茸とともに煮込んでいく。



1kgを超える大きな
鯛は、身が厚く、
刺身もおいしい。



郷土料理を もっとおいしく。

「天草では、お祝いなどで大勢が集まると、鯛の身を刺身でいただき、残った身や骨などのあらを煮付け、あら炊きとして食べていました。さらに、鯛の旨みがしみ出したおいしい出汁を残さないよう、その煮汁にそうめんをつけて食べていたのが鯛そうめんです」

そう語ってくれたのは、天草の中央部、上島と下島の境目にある「さしみ屋 河丁」の店主・小林孝俊さん。同店では、あらだけではなく鯛一尾を丸ごと使い、「鯛めん」の名でこの料理を提供しています。

「材料は鯛と椎茸だけ。旨みのつまった出汁をそのまま飲んで味わえるよう、煮付けよりも薄めの味付けにするなど、先代の川上昭和さんが35年ほど前に工夫。現在は、二代目の小林さんがその味を受け継いでいます。小林さんは高校卒業後、地元の日草を出て料理を学んだあと、「魚料理を習いたい」と考え、20歳で帰郷。「河丁」で働き始めました。そこで川上さんの娘、月子さんと出会い、結婚。10年ほど前にお店を継ぎました。

「古くから食べられてきた郷土料理を、うちなりに手を加えて大事に残していきたい。県外から訪れる人

も食べ、広まってくれたらうれしい。そんな気持ちで続けています」

天然を 選ぶ理由。

厨房を見せてもらうと、大きな鍋で鯛を炊く最中でした。鯛は提供する前日の朝に仕入れ、焼いてからいったん寝かせて味を落ち着かせます。それから、干し椎茸と一緒に醤油・みりん・酒などで味を整え、3〜4時間煮込んで鯛の味を引き出します」ほぐした鯛の身を、椎茸、ネギと一緒ににつけていただくと、焼いたことのでついた香ばしい匂いを感じます。白くふつくとした鯛の身と、出汁たっぷりのつゆがからんだそうめんを一緒にすると、鯛の旨みが口に広がります。手間と時間をかけることで、ここまで鯛の味が引き出されるのかと驚くおいしさです。

「できるだけ天然の鯛を使っています」と小林さん。天草には、天草さくら鯛などブランド化している養殖鯛もあります。けれども、「養殖は脂

がのついていておいしく、質も安定しています。しかし、出汁を味わうことを考えると、脂の多いものではやや異なる味になってしまいます」と小林さんは言います。「天然は出汁がいいんです。昔ながらの、天草の鯛そのまの味を感じられます」

小林さんが料理で出す鯛は、地元の市場に行き、生け簀を直接見て選んでいるそう。「泳いでいる姿を上から見て、丸っこく、ふつくら厚みのある鯛を選びます。1〜2キロの間のよく肥えたものがいいですね」



「河丁」の店主、小林孝俊さん(左)。
先代・川上昭和さんの娘である、
妻の月子(つきこ)さん。

助さんによると、天草は産卵を控えた真鯛の絶好の育成の場であり、好漁場として知られていたそう。「天草は潮が速い海。流れが速い場所です。つ鯛は身が締まり、筋肉質になります。さらには、プランクトンや小魚などの餌も豊富なため、身が締まりながらも脂がのった鯛になるんです」

そんな天草の鯛の、令和3年度の漁獲量は10年前の半分程度とのこと。原因は、海水温の上昇や水質の変化、赤潮の発生など、環境によるものだと言います。

7月下旬の早朝、小林さんが鯛を仕入れている本渡漁港を訪れました。お店から車で5分ほどの場所です。市場が開く朝7時には、生け簀の中に魚が揃っていました。やがて、場を仕切るセリ子のかげ声に合わせ、次々に魚が競売にかけられていきます。

天草漁業協同組合本渡支所の森耕(もりこう)さん。

天草の海に訪れている大きな変化に対応するため、漁協では、稚魚の放流などを通して、鯛を減らさないよう取り組んでいるそう。天草の長い海の歴史のなかで、幾多の波を乗り越えながら、受け継がれてきた鯛そうめん。夏の天草で、あなたも味わってみてください。

column

天草の郷土料理は 栄養も豊富。

熊本県立大学の友寄博子(ともよし・ひろこ)さんによると、煮汁まで残さず食べる鯛そうめんには、栄養面でも効果があります。

「魚を煮出したときに取れる、コラーゲンをはじめとしたゼラチン質。そうめんを煮汁とともに食べることで、ゼラチン質を余さず摂ることができます」

また、鯛にはカルシウムやビタミンB6、B12のほか、皮膚や粘膜の健康を守るナイアシンなどの栄養素が含まれています。水溶性のビタミンやミネラルは煮汁に溶け出しやすいため、これらの栄養素も一緒に摂取することができます。

さらに、そうめんをよく食べる夏場は、簡単な食事で済ませることが多く、野菜に多く含まれるカルシウムが不足しがち。鯛と一緒に食べることで、カルシウムの摂取にも効果がありそうです」

さしみ屋
河丁

- 所在地／〒863-0041
熊本県天草市志柿町7102-1
- 営業時間／11:00〜14:00、17:00〜21:00
- 定休日／不定休
- 電話番号／0969-23-7261

