

バイオトレジャー

あらめ巻き

●取材先

鳥羽市神島
小久保 園江さま

●食材説明文 (約 140 文字)

1年に1時間だけ、神島の海女が収穫を許される稀少な海藻あらめ。伊勢湾の荒波でもまれた、肉厚で上質なものだ。夏の収穫後から秋まで乾燥熟成させ、大釜で約8時間じっくり煮込んで旨みを出す。

そのあらめで旬の魚をひとつひとつ丁寧に巻き、甘辛いたれで上品に味付けされたのが「あらめ巻き」。ご飯のお供にもお酒の肴にも相性抜群だ。

●現地風景コメント（約30文字）

1



2



人口は441名。ほとんどが漁業に従事している。
そのうち海女は60名ほど。

伊勢湾の入り口に位置する神島。
徒歩約2時間で1周できる小さな島だ。

3



あらめは年に1時間収穫しかできない。
海女が素潜りで行う。

4



早朝からあらめを大釜で煮る。
煮あがるまで、約8時間かかる。

5



火を絶やさないように、
何度も何度も薪をくべていく。

6



均等に火が通るよう、上段と下段の
あらめの入れ替えを行う。

7



煮ることで、あらめが柔らかくなり、
味がよく染み込むようになる。

8



火を止めて3～4時間釜内で蒸らす。
この加減であらめの柔らかさが変わる。

9



フタを開けた瞬間、
あらめのよい香りがあたりに広がる。

10



煮あがったあらめを積みあげていく。
ここからさらにシートを被せ、蒸らす。

11



別バージョン

12



アップバージョン

13



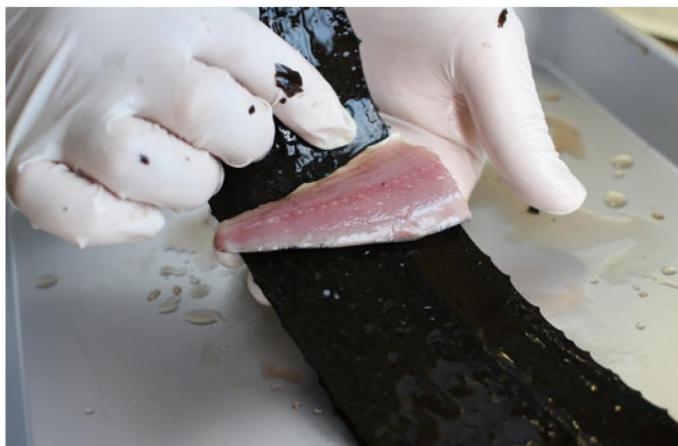
14



神島のあらめ巻きは、主にサンマが使われる。
ほかにも、季節に応じて旬の魚を巻く。

厚さが均等になるように、
あらめの大きさを組み合わせる。

15



ひとつひとつ丁寧に、かつ
魚を傷めないよう素早く巻いていく。

16



何重にも巻くことで、
柔らかいあらめに歯ごたえができる。

17



別バージョン

18



19



ぎっしと詰められたあらめ巻き。
2時間かけてじっくり煮込まれる。

手早く、美しく、
巻き上がったあらめを鍋に並べていく。

20



炊き上がったあらめ巻きに照りをつける。
作業の最終工程。

21



神島の郷土料理。
各家庭にオリジナルの味付けがある。

●食材写真コメント（約30文字）

22



23



横バージョン

24



別バージョン

収穫後は潮がついたまま乾燥させ、
秋口まで熟成させる。

●調理盛付例コメント(約 30 文字)

25



26



横バージョン

27



アップバージョン

旬の魚を巻き、甘辛いタレで煮つけた
あらめ巻き。上品な味わい。