

カツオを召し上げれ

古くから郷土に伝わる調理法や創作料理を知れば、カツオがもっと好きになる



中遠調理師家政専門学校校長
まつい さちこ
松井幸子さん(本町)

食べ方は工夫次第です

なまり節を入れた「御前崎カレー」は、年配の人たちに人気があります。作ったきっかけは、数年前にNPO「手火山」の故川口博康さんから、なまり節の利用法はないものかと相談があり、思いついたのが、大人も子どももみんなが食べるカレーだったんです。肉が苦手なお年寄りがすぐおいしいと言って喜んでくれたので、これならいけると確信したんです。

私の若い頃は、なまり節は手で割って食べたものです。そのイメージがあつたのでスライスするより大きな固まりのまま入れた方がおいしいだろうと思いました。ポイントは、手で割ること。そうすることで断面積が大きくなりカレーが中まで入り込むんです。皆さんも自宅で手軽にできる御前崎カレーをぜひ、お試しください。

▼なまり節が入る御前崎カレー



ガジようゆに漬け込んだカツオをごはんに乗せて熱いお茶をかけて食べるカツオ茶漬けは、私がかつうじゃ」と呼ばれ、毎日のように食べたものです。



市食生活推進協議会会員
たかつか よしえ
高塚由江さん(新谷区)

カツオとのお付き合い

私が子どもの頃は、父も兄も

カツオ船に乗っていましたし、主人も若い頃は漁船に乗っていたので、カツオとは縁が深いんですよ。カツオは、初夏の初ガツオ、秋は戻りガツオと呼ばれ、それぞれに違った味わい、楽しみ方があります。

食生活推進協議会では、カツオを丸ごと一匹使って料理教室を開いたことがありました。刺身、ホイル焼き、竜田揚げ、は

らも焼き、へそのみそ煮とメニューも豊富。骨もあら煮やみそ汁にすれば、捨てる場所がないんです。

数年前に参加した研修会で地域の自慢料理を持ち寄る機会があつたので、「ガワ」を紹介したところ、他市町の人々が「聞いたことはあるけど、食べるのは初めて」と一番に寄ってきてくれたことを覚えています。

子どもが描く魚の絵がスパーに並ぶ切り身の絵では悲しくなります。ぜひ、一匹の魚を見せて、それをおろして子ども

▼捕れたて新鮮なカツオの刺身



に見せてあげてほしいのです。公民館などが主催する料理教室に参加すれば、誰でも調理できるようになります。これからは、切り身でなく一匹の魚とお付き合いしてほしいですね。