

おばあちゃんの味

～和泉海岸～

47期生

I テーマ設定の理由

私の母は昔岸和田市に住んでいて、料理の話になった時、小さな頃食べた料理や魚のことを話してくれました。それが私の知らないものばかりだったので興味をもち、今回調べてみようと思い設定しました。

II 研究方法

- (1) 文献調査 ◦ 郷土料理に関する本からの調査。
- (2) 実習 ◦ 祖母・母と一緒に料理をつくり、それを実際に食べる。

III 研究内容

1. 和泉海岸

“和泉海岸”とよばれるのはだいたい右図の印のついた部分で、岸和田市が中心にある。泉大津市・岸和田市・貝塚市・泉佐野市あたりである。大阪湾に面しているため、漁港として盛えた地域が多く、これから紹介していく郷土料理も魚を用いたものが多い。また普段の食生活にも非常に「海とのつながり」が感じられる。

郷土料理とはみなさんも知ってのとおり地方独特の料理で土地の特産物を使い、ほとんど自然発生的に起こって伝わった料理なので、海に面しているという地域環境は非常に重視すべき点である。

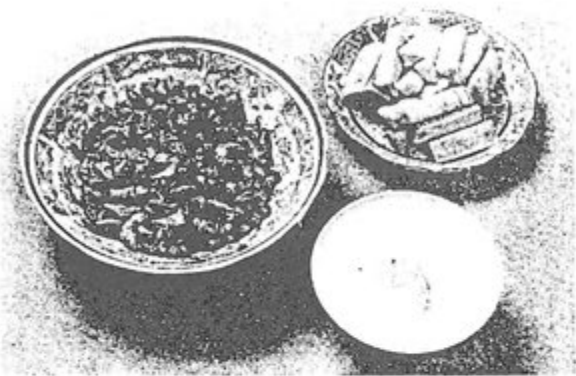


▲大阪府の土地のようす

2. 四季の食生活

- (1) 冬-冬枯れで不漁の多い大阪湾
◦ 熱いかゆで暖をとって出漁

打瀬網漁は春・夏・秋は夕方からの出漁だが冬は朝船出する。まだ夜の明けぬうちに家を出る為、いもがゆや入れがゆにして暖をとる。昼には一日分の御飯をたき、朝と同じ菜で食べる。漁の時は男衆は沖で食事をする。そして冷たい、痛い作業を終えた一家団らんは温かい夕飯から始まる。つらい沖の作業もこの時には自慢話に変わる。



▲冬の朝飯

上：ごよりと豆、こうこ
下：いもがゆ

- 朝飯-いもがゆ、ごよりと豆、こうこ
- 昼飯-白飯、ごよりと豆、梅干し
- 夕飯-白飯、くずし汁、切干し大根

- (2) 春-まぜにのって帰湾する漁でにぎわう大阪湾
◦ 夜漁のあとは一眠りして汁気のもので昼飯

春の日中の穏やかな海は打瀬漁に向かない。昼間も風が多く打瀬船での操業はできない。だから春・夏・秋の出漁は夕方からで漁は風のある夜半にする。

春一番のまぜ（真南の風）が吹くと大阪湾の海水がぬくもり紀伊水道からしらすの大群を追いかけ魚が大阪湾に北上する。打瀬の漁はこれらの魚をごっそり取るので船はいっぱいになる。

漁を終えた男衆は朝飯をすませるとぐっすり眠る。女衆はその間に昼（わかめやあさりの汁もの）の用意をする。夕飯は男衆は沖で食べる。



▲春の昼飯

上：あらいもの煮つけ
下：白飯、あさり汁

- 朝飯-白飯、つちおこぜの煮つけ、こうこ
- 昼飯-白飯、あらいもの煮つけ、あさり汁
- 夕飯-白飯、おたふく豆の煮つけ、こうこ

(3) 夏-夏本番、鮮度が勝負の魚の選り分け

・沖の菜には腐りにくいものと心を砕く

旧暦五月十五日、網の立替がすむといよいよ夏本番。大阪湾の打瀬はじゃこを中心にして底もの大漁である。船は夜の明けぬうちに帰ってき、女衆は漁獲物をすぐに手早く選り分け、市へ出す準備をする。鮮度の良い魚をいかに市にたくさん出すかが漁家の女衆の腕にかかっている。

女供が忙しいので朝飯は簡単にすます。男衆は大漁で休みのない日が続くので朝のうちにぐっすり寝る。そのあとにあっさりした冷やしそうめんが何よりの食事である。夕飯は沖で食べるので女衆は腐りにくいように心を砕く。

- ・朝飯-白飯、なすびとじゃこ、きゅうりやなすびの浅漬け
- ・昼飯-冷やしそうめん、かもうりとじゃこ
- ・夕飯-白飯、えその塩焼き、なすびやきゅうりの浅漬け



◀夏の昼飯
左:冷やし
うめん
右:じゃこ
かもうり

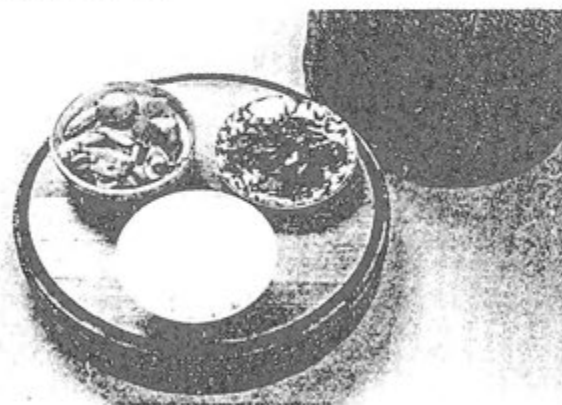
(4) 秋-風のしるけに時化の予想がびたりと当たる

・一年中で一番豪華な秋の夕飯

二百十日、二百二十日の厄日の頃はよく時化するが、それをすぎると水温が低くなり大阪湾の魚は世代交代する。卵から小魚になる時季でこまいもの(かに・えび類)がよくとれる。

出漁のときは朝から忙しいので夕飯は手のこんだものできないが、時化の日は家でとるので秋の味覚でうまる。秋の夕飯は一年中で一番豪華だ。

- ・朝飯-白飯、ごよりの二杯酢、古漬
- ・昼飯-白飯、朝の残りのごより、みそ汁
- ・夕飯-白飯、しりやきと小いもの煮つけ、古漬



▲秋の沖の膳
白飯、しりやきと小いもの煮つけ
きゅうりとなすびの古漬

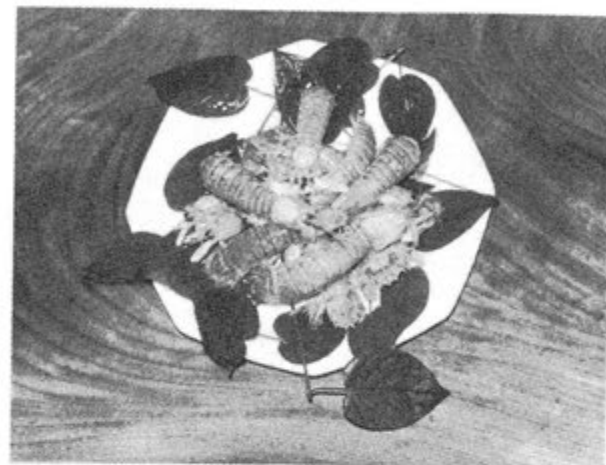
3. 郷土料理をつくろう!

(1) 魚類

① じゃこ

〈じゃこの煮つけ〉

じゃこは煮て、煮汁につけ、しゃぶりながら食べました。大変おいしかったです。祖母の話によると昔は店の入り口にじゃこがたくさんつり下げられていて、出入りする人がその都度とってしゃぶったそうです。母も「まるでおやつようだった。」と言っていました。すぐ近くでとれたものをおやつとして食べるのはとても素朴でいいと思いました。また同時に今との違いに驚きました。



▲写真1 じゃこ

・おいしい子もちじゃこ

7月、8月は子もちじゃこが多い。子もちは子のないじゃこよりもおいしい。子は赤紫色で歯ごたえもなかなかある。

② めぶと

〈めぶとのシソ煮〉

『めぶと』という名からも分かるように、この魚は非常に目が大きいのが特徴です。

シソ煮は少し味が濃かったですがシソの香りがしてとてもおいしいです。又シソを入れることにより殺菌作用もあるので一石二鳥。今でこそ圧力鍋を使って煮ることができず昔は炭火のとろ火で2・3時間もかかって作ったそうです。

これも昔からよく食べられている料理で、小魚をおいしく食べる昔の人の知恵と工夫がなされている素晴らしいものだと思います。



▲写真2 めぶと



▲写真3 めぶとのシソ煮

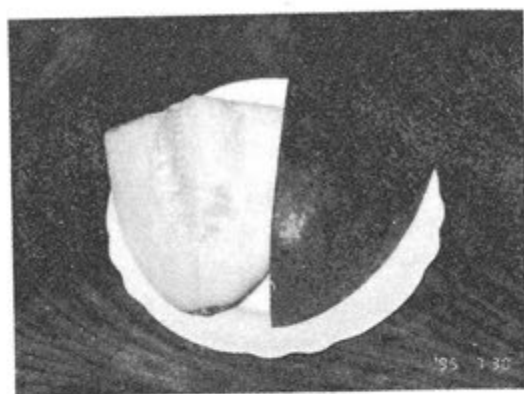
(2) 惣菜

・かも우리

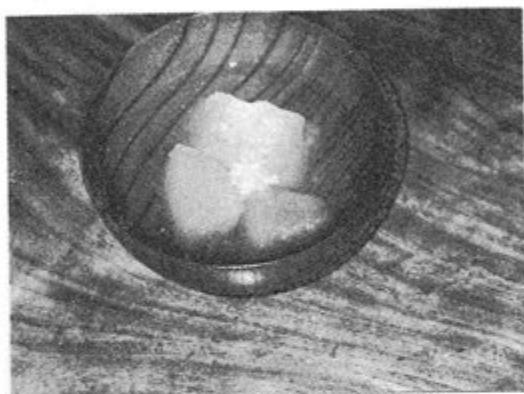
〈かもうちのすまし汁〉

私がこの研究で食べた料理の中で一番まずいと思ったのは実はこれです。かも우리自身に味が無い上、歯ごたえも全くないので、すまし汁にするとしょうがの味しきしませんでした。

母にもたずねてみると、「すまし汁は、夏食欲のない時に冷やしたのを食べるととてもおいしいよ。温かいのもそれなりにおいしいし。」と言いました。私がかもうりには味が無いと感じているのと逆に母にはさっぱりしておいしいという思いがあるようです。昔は冷房もなく、今のようアイスクリームやかき氷も少なかったので、夏の暑い日の食にはむいていたのでしょう。



▲写真4 かも우리



▲写真5 かもうちのすまし汁

(3) お菓子

・はったい粉

食べ方 その1-粉のまま食べる

その2-熱い麦茶ではったい粉と砂糖をどろどろに溶かして食べる

その3-熱湯ではったい粉と砂糖をどろどろに溶かして食べる

その4-牛乳にはったい粉と砂糖を溶かして食べる

『はったい粉』は、はだか麦そのものからできているので、1~4どの食べ方をしてもその香ばしさは何ともいいようのない喜びを与えてくれます。順に感想を言うと、1はおいしいけれどどどにつまりそうになってしまいます。2は私が一番おいしいと思ったもので、麦茶の香ばしさとはだか麦の香ばしさがよくあいます。3は2ほど香ばしさが無い上に少し水っぽいです。4は1、2、3とは違う香ばしさが楽しめます。

父母が、「昔は『麦茶〜、はったい粉〜』といいながらリヤカーなどをひいて売りにきていた。夏、今みたいにお菓子がなかったからこれをよく食べていた。なつかしい。」と口をそろえて言っていたので、今のわらびもちやかき氷屋さんみたいなものだろうなあと思いました。

(3) 特産物

①泉州水なす

大阪農業史によると水なすは泉佐野市上之郷が発祥の地とされ明治初年から栽培されています。皮・肉質とも軟らかく、泉南地域では農作業中にのどが渇いた時生食する習慣があります。軽く塩でもんで一夜ぬかみそ漬にしたものは、夏期の食欲増進剤として欠くことはできません。調理法はその他にもいろいろあり、泉州の人々の味覚に代々受け継がれています。

〈水なすの浅漬け〉

これは貝塚・岸和田で育った母の好物で、水気をふくんだしっとりした味わいです。夏の食欲増進剤には最適で、またお茶漬けにしてもおいしそうです。

最近はスーパーでも売られるようになってきているので水なすの産業はますます発展していくことでしょう。



▲写真6 水なすの浅漬け

②泉州玉ネギ

大阪府は長い間、玉ネギの生産量日本一の座を守っていましたが、昭和35年をピークに減少しはじめ、現在は第5位です。玉ネギの郷土料理というものは見られませんが洋風・和風あるいは中華風の料理にも用いられ短期間の貯蔵性もあるので重宝される野菜です。

右は玉ネギ小屋とその内部の写真です。岸和田市のある畑で見つけましたが、今では数少なくなっています。風通しのいいように設計されていて、7月上旬に行った時にはおびただしい数の玉ネギが下り下げられていました。ところが8月中旬に行った時はもう空になっていました。きっと出荷したのでしょう。



▲写真7 玉ネギ小屋 (内部)



▲写真8 玉ネギ小屋 (外観)

IV 結論（考察）

郷土料理は、その地域の気候条件や土地などの特色にあったものだと思います。例えば海に面しているから魚を用いた郷土料理が多いとか、その土地にあった作物（いわゆる特産物）を用いた料理がたくさん考え出されている、といったものです。まさに自然と人間が調和したものです。そしてその合理性は、科学的にも栄養学的にも実証されているそうです。

ところが最近こういった素朴な、昔ながらのものから加工食品・インスタント食品などが多く出回る食生活に変化してきました。そして成人病・偏食・若者の体力の低下などの問題・心の不健康の問題が出てきました。この“心の不健康”というのは、温かい心のこもらない食品を食べるというのに原因があると思います。

また最近の若い人たち（私も含めて）は「おふくろの味」をしらない人が多いと思います。外国の家庭ではそういったものを執拗に大切にしているそうです。日本は外来のものをもてはやす風潮がありますが、このことに関しても、日本独特のよいものを見直さず、外来のものばかりに気をとられていると言えるでしょう。もっと郷土に伝わる味を大切に、その上で外来のものを学べば、これこそ文化の交流になるのに、と思いました。

V 総括

私はこの研究をして、郷土料理のすばらしさを実感し、その奥の深さには感心しました。だからたくさんの方がこういったことを見直してほしいし、それがこれからの食生活の好上につながると思います。今は昔に比べ食習慣がかなりかわっているので、今の環境にあった新たな郷土料理を考えていくことが必要だと思います。

VI 参考文献

- 上島 幸子（1991）「聞き書 大阪の食事」 社団法人 農山漁村文化協会
- 上島 幸子 「大阪府の郷土料理」 同文書院
- 芥子 芳雄 「4年の社会科 大阪」 大阪書籍株式会社