

旬情報

ムソーからの
お便り



2014年5月号 VOL.49

5月のFACE 生産者紹介

みえぎょれん販売

(三重県松阪市中央町)

日本古来の ミネラル食品

四方を海に囲まれた日本では太古の昔より、海藻から豊富なミネラルをいただてきました。ひじきもそのひとつで、縄文時代の貝塚から食用の痕跡が発見されています。

多くの海藻の中でも特にカルシウムをたっぷり含み、食物繊維も豊富。また抗酸化作用のあるベータカロテンも多く含まれています。滋味あふれる「ひじきれんこん」は、正食で欠かせない一品です。

北海道南部日高地方から九州までの太平洋、瀬戸内沿岸の浅い岩礁の上に根を張り、繁茂しますが、近年は海水温の上昇などから天然ひじきが減少し、国内産は1割程度。韓国や中国から輸入されるひじきはほとんど養殖です。ムソーは天然の国内産ひじき、その中でも食味のよさで知られる三重県産の「伊勢ひじき」にこだわり、昔ながらの風



味のひじきをお届けしています。

春の風物詩、 ひじき刈り

三重県産の天然ひじきは、鳥羽、志摩地区および熊野灘に面する磯で自生します。太平洋の荒波に揉まれ、干潮時には天日と潮風にさらされ、過酷な環境で生育しているため、生体が大変強く、カルシウムなどの栄養素を豊富に含んでいます。

コシが強く艶があり、みっちり身が詰まっているのが特徴です。

伊勢の海に春の訪れを告げる、ひじき刈り。ひじきの原藻は海中で岩に根を張っているので、大潮で海水がいちばん引き、岩場が海面に出たときしか採れません。3月後半から5月中頃の大潮の干潮時、漁師さんが磯に出て、茶褐色の原藻ひじきを鎌でいねいに刈り取ります。

浜で数日間天日干しす



るうち、黒々と乾き上がって白く海の塩をふきます。この素干し乾燥ひじきを漁協へ出荷するまでが漁師さんの仕事です。

美容と健康の味方

加工場では、水戻しと水洗いをしながら塩抜きした後、ボイラーで蒸し上げ、機械乾燥します。生では渋くて食べられないひじきを、茹でてから乾燥させ、乾物にする…伝統食の知恵が詰まった加工法です。乾燥を終えたひじきを、長ひじき(幹の部分)と米ひじき(葉の部分)に選別して出来上がり。

「水戻してさっと茹でてみじきたっぶりのサラダは、若い方にも喜ばれます」と、みえぎょれん販売の小西さん。美容と健康の味方、磯の香りいっぱいの天然ひじきを、毎日の食卓に。



ひじき採取風景

「三重県産 ひじき」
「三重県産・米ひじき」を
次のページで紹介します。

