

食育通信 4号

2015. 9. 11 輪島中学校

きれいな輪島の海、おいしい魚介類がいっぱいの輪島の海のために、海岸の清掃とヒラメの放流に参加しました。7月11日(土)「2015KIRIN Clean Up 能登」に参加しました。生徒95人、保護者25人、市内の各種団体の方160人、合計280人で行いました。ごみを拾いきれいにした袖が浜にヒラメを放流しました。



親子料理教室(海の幸を味わう) 10:00~12:30 輪島中 調理室 主催 PTA食育生活委員会

8月から9月には海女さんたちによるアワビ・サザエの資源保護のためのウニ駆除が行われるそうです。アワビやサザエの住処をウニがじゃまするので駆除するそうです。その生のウニをもらい親子料理教室で食べました。8月10日(月)には海女さんの松下さんに、学校に来ていただき、海女漁についてのお話を聞きました。



- ・海女漁は石川県無形民俗文化財、いしかわ里海の至宝に認定されました。
- ・ウエットスーツで素潜りの海の中は10m以上潜ると凍える程冷たいそうです。



生きているサザエの出し方を習い、自分で殻から出して、サザエご飯にしました。



学校で育てた、「ゆうご」はアゴだして煮ました。

学校で育てた、かぼちゃです。

こんな料理を作りました。

*大正元年制作の御膳セットに盛ってみました。



*海女さんがサザエやアワビを保護するために駆除したウニとアワビ、サザエ、ワカメ、もぞこ、エゴで料理しました。

・サザエと米を醤油で炊きました



・ウニで佃煮も煮ました



・エゴです。2%の濃度で煮溶かし冷やし固めます



(参加した保護者の感想)

- ・かぼちゃをいしるで煮るのは始めてでしたが、おいしくて子どもが家でも煮てと言いました。
- ・海あり山ありの輪島、私は山側ですので海の幸については疎くあの高価ウニをアワビ、サザエの保護のために駆除していると知り驚きました。
- ・料理を生徒さんとする前に海女漁についてのお話があり、これが大変勉強になりました。
- ・トーストで焼いた生ウニが贅沢でおいしかったです。
- ・エゴようかん。私は生姜醤油が好きでしたが、同じエゴようかんでも黄粉をまぶして食べると全く別物の料理のようで昔の人の知恵が光っていると感心しました。
- ・家では残念なことに輪島の郷土料理をほとんど作らないため、今回の料理教室は私自身楽しい時間でした。