

しかベタイムズは鹿部温泉観光協会が、鹿部の旬な食材や、鹿部の仕事に関わる魅力ある人、観光情報、鹿部の旬な情報などをお届けしていきます。



しかべタイムズ

私が担当しております!

鹿部温泉観光協会 金澤 佑



令和4年 2月 第11号 隔月発行

「テレビ放映のお知らせ」

下記の番組で「浜の母さん地元料理体験」や「鹿の湯」さんが紹介されます。ご覧ください!!

- ・BS朝日「鉄道絶景の旅」(仮)函館本線で行く!
- ・白銀の道南絶景巡り編
- ・令和4年2月10日(木)
- ・20時~20時54分
- ・ナレーター 林家たい平

鹿部の今が旬な食材

ごっこ

七福神の神様に由来する縁起の良い名前を持つ「ほてい」お道南地域では「ごっこ」と呼ばれ親しまれている。

浅瀬で生まれお腹にある吸盤で岩場に吸い付きながら夏場になると沖合へ向かう。表層から水深100mあたりをふわふわと漂いクラゲ等を捕食しながら3年程で成熟。浅瀬へ産卵回遊し、生命を全うする。産卵期を迎えたごっこは骨まで柔らかく、コラーゲンたっぷりな身から出るだしは格別で「ごっこ汁」は道南を代表する郷土料理である。



画 朝井翔二さん (町内在住)

今月の旬な鹿部人

ごっこ 壘 刺 翔 網 漁 丸 熊川 直士 さん



「可能性のあることは挑戦したい。」と話してくれた熊川さん。18年程前からごっこ刺し網漁を操業している。ごっこ漁は一人で行うため、大変な面もあるけど頑張った分だけ自身にも還元されるので、それが頑張れる理由だとか。そして、熊川さんにはもう一つ頑張らなくてはならない理由がある。「息子たち世代の漁業者の良い形でバトンタッチできるように、可能性のあることには挑戦して、漁業でしっかりと利益を残せる仕組みを作っていきたいんだ。」これからは熊川さんの挑戦は続きます。

身体の芯から暖まる。冬のこちそう!

「ごっこ汁とごっこの煮付け」 今回のお料理は 滝野幸子さん

【材料】

ごっこオスメス各1匹、豆腐1丁、カットわかめ5g、生ショウガ適量、長ネギ1/2本、水1,000cc、昆布10g
(汁用調味液) 酒大さじ1、鰹出汁パック1個、醤油大さじ3~4
(煮付け用煮汁) 水400cc、酒50cc、砂糖50g、醤油80~100cc、ショウガ薄切り

【作り方】

- 1.ごっこを洗い吸盤を取り除く。
- 2.捌いて(卵・肝・白子)はザルに(身)はボールに分ける。
- 3.(身)全体に熱湯をかける。皮を丁寧に洗い流す。
- 4.1匹を一口大に切り、水洗いする。卵は皮を取り除き塩もみする。(塩もみせずにそのまま洗っても大丈夫です!)
- 5.わかめを水で戻し豆腐はサイコロ状に長ネギは斜め切りにそれぞれ切る。鍋に水と昆布を入れて火にかける。煮立つ前に昆布を取出す。
- 6.煮立ったら4のごっこを入れて少し待つ。鍋の温度が高くなったところで卵・肝・白子も入れる。灰汁を取り除く。火加減を調整しながら調味液を入れる。豆腐を入れて味が馴染んだらネギを入れる。お好みでショウガを入れる。器に盛り付けわかめを入れて出来上がり。
- 7.もう1匹のごっこを3枚に卸し一口大に切る。中骨についた身も煮付ける。鍋に煮付け用の煮汁を入れて沸騰したらごっことショウガを入れ、落とし蓋をして味を染み込ませる。
- 8.火が通ったら器に盛り付け完成!



寒い冬に最高!



日本最大の料理サイト クックパッドに掲載中!
「鹿部さっちゃんクック」で検索してね!!

