



ちょっと勉強室

126








平成20年2月

今回のテーマは ななこはっ ちん 七子八珍

最近、「七子八珍」という言葉を耳にした、或いは見かけた人もあるかと思います。「七子八珍」とは、青森近海から獲れる魚介類で、旬には家庭の食卓にのぼる青森らしい食材をまとめたものです。これらは、旬が異なるため全てが一度に食卓に揃うことはありませんが、全部で34種類が判りやすくまとめられています。また、2月7日・8日は、「七子八珍の日」とされています。






『七子』：おもに魚卵などで、「こ」のつくもの7品のこと

このこ・たこのこ・ほたてのこ・すじこ・ましらこ・ぶりこ・たらこ

このこ 	タコのこ 	ホタテのこ 	筋子 
なまこの卵巣のことで、生や塩辛にして食べる。数枚重ね、三角または板状に干したものを、ばちことよぶ。旬は3月～4月。	タコの卵。粟粒ほどの卵を藤の花房状に連ねて産み付けるところから海藤花（かいとうげ）とも呼ばれる。旬は5月～11月。	貝柱の外側にある耳状のもの。白は精巢で赤は卵巣。旬は1月～3月。	鮭・マスの卵を卵巣膜に包んだまま塩蔵したもの。成熟した卵の粒を分離したものがイクラ。旬は10月中旬～12月。
真白子 	ぶりこ 	たらこ 	
真鱈の精巢が体内で乳白色に固まったもの。「タツ」とも呼ばれる。旬は11月～1月。	ハタハタの卵のこと。産み付けられた卵や流れ着いた卵は資源保護のため現在は禁猟となっている。旬は11月～1月。	真鱈の卵。塩蔵していない生は「こあえ」などに利用される。旬は11月～1月。	

『八珍』：珍味といわれるもの8品のこと

くりがに・がさえび・なまこ・うに・ふじつぼ・しらうお・さめ・ほや

くりがに 	がさえび 	なまこ 	うに 
トゲクリガニのこと。4～6月が旬で、青森の花見には欠かせないカニ。ミソがおいしく毛ガニにも勝るおいしさ。	シャコの別名。陸奥湾に多く、体内に卵を抱く春季がおいしい。花見に欠かせない食材。旬は4月～6月。	棘皮動物ナマコ綱に属するものの総称。青森の冬を代表する、正月料理に欠かせない食材。生息場所により、アカ・アオ・クロの3種類がある。旬は11月～1月。	棘皮動物ウニ綱に属するものの総称。食用とされるのは生殖巣。青森で獲れるのは、キタムラサキウニとエゾバフンウニの2種類。旬は6～7月。
ふじつぼ 	しらうお 	さめ 	ほや 
主に陸奥湾で漁獲される甲殻類の仲間で、見た目はグロテスクながら、味はカニやエビに似て美味。旬は7月～10月。	主に小川原湖で漁獲され、全国の生産量の約7割を占める。活魚を食べる「踊り食い」は珍味で、他に天ぷら、卵とじなどで食べる。旬は3月と9月～10月。	アブラツノザメとネズミザメがあり、練り製品やフカヒレの原料とされるほか、焼き物や刺身、すくめ(酢の物)などにする。旬は12月～2月。	グリコーゲン・タウリン・鉄が豊富に含まれ、特に夏は冬に比べ、グリコーゲン量が7.6倍にもなる。別名は海のパイナップル。旬は7月～8月。

さらに...

『堂々九品』：青森を代表するもの9品

ひらめ・さば・さけ・いわし・たら・めばる・ほたて・いか・あぶらめ

『隠れ十品』：地元で評価の高いもの10品

ぶり・いしなぎ・きんきん・たい・あんこう・そい・まぐろ・かれい・さくらます・みずだこ