

浜に行って食べてみたくなる？海の珍味・美味シリーズ (魚好きの当センター職員が推薦する海の珍味”アメフラシ”)

1, はじめに

当センターは、島根県隠岐の島町から防波堤の改良や物揚場工事の積算業務、集落排水施設の監督補助業務等を受託しているため、職員1名が一時期宿舍を借り上げて隠岐の島町に駐在しています。

隠岐の島町のある隠岐諸島ではアメフラシという海産物を食する全国でも珍しい習慣があり、旅館や民宿でも手軽に海の珍味を試食できましたので、この紙面をお借りして紹介します。



図-1 隠岐の島町の位置図

2, アメフラシについて

アメフラシは、漢字では雨降らし、雨虎、雨降等と書き、イカやタコの親戚である軟体動物に属し、本州、四国、九州の磯で海藻を食べて生息しています。アメフラシという名前の由来は、外敵などに襲われる等刺激を受けると海水中に紫色の液を出し、それが雨雲が立ちこめたように広がるからと言われています。英語名の



写真1 磯場のアメフラシ

Sea hareは海の野ウサギという意味で頭部の2本の突起をウサギの耳に見立てたものです。

中国名も海兔と書きますが、兔のように素早くは動けず、海底をゆっくりと体をくねらせながら移動します。体をさわるとぶよぶよしており、その体型から隠岐諸島では「ウミウシ又はベコ(牛)」などと呼ばれています。写真のアメフラシは体長15cm程度ですが、大きいものでは30cmになります。一般には食用とされませんが、島根県の、隠岐諸島、島根半島東部、千葉県大原等で食用とされています。アメフラシは、春から夏にかけて磯で産卵し、卵はあざやかな黄色又はオレンジ色でその姿から海素麵うみそうめんとも言われ、見かけはとても美味しそうに見えますがこれは食用にはされていないようです。



写真2 雌雄同体のアメフラシとその卵塊



写真3 アメフラシの卵塊「海素麺」

3, アメフラシの料理法とその味

隠岐諸島では、茹でてみ洗いし、煮付けにしたり酢の物にします。煮付けは弾力があり旨味も感じられますが、酢味噌だと酢の味に身の食感、旨味などが消えてしまいます。少し生臭みがありますが、山椒の若芽で和えると思ったよりも美味でした。

(アメフラシの料理法)

①内臓を取り除いて少し多めの湯で茹でる。

(磯でとった場合は、紫色の液を出すため、海中で処理して持ち帰ると良い)



写真4 アメフラシの煮付け

②これを一口大の大きさに切る。

③煮付け；みりん、醤油などで好みの味付けをする。

④酢味噌和え；このまま酢味噌（砂糖、酢、味噌）で和える。

⑤山椒の若芽を加えると生臭みが消え、より美味くなる。

(写真4は、隠岐郡西の島町別府の旅館「みつけ島荘」の女将さんの調理によるものです)

4, おわりに

隠岐諸島にはアメフラシのような珍味以外にも多くの新鮮で美味しい海の幸があります。アワビ、サザエ、ヒオウギ貝、松葉ガニ、岩がき、イカ等、四季を通じて海の幸を楽しむことができます。また、日本海を背景に海の景色のすばらしさには圧倒されます。是非機会を見つけて隠岐諸島におでかけ下さい。



写真5 西の島町国賀海岸の摩天崖