

清冽な空気の中に佇む宝の湖の宝たち。

## 「シラウオ・ワカサギ」

# 光る命は、自然そのもの。

### 大切に守り育てた小さな魚で大きな漁獲量。

小川原湖は、1市2町1村(三沢市、東北町、六戸町及び六ヶ所村)にまたがる青森県で最も大きな湖であることは、あまり知られていない。しかしこの一見おだやかに見える湖は、全国一の漁獲量を誇るシラウオとワカサギのふるさとなのである。毎年9月1日、小川原湖ではシラウオとワカサギの船曳き網漁が解禁となり、秋の深まりとともに最盛期を迎える。午前6時30分、小川原湖漁業協同組合所属の漁船が一斉に出港し、魚の群れを確認しながら円形に囲い込んで行く。シラウオを狙うのは目が細かい網だ。その下のより深いところには、ワカサギを狙う網が巻かれて行く。やがて引き上げられたシラウオとワカサギは鮮度を保つために船上で氷水に入れられ洗浄され、新鮮なまま直売所や熟練の技を持つ加工場へと運ばれる。周辺には八甲田山系が連なり、希少な野鳥やマリモも生息している小川原湖は、北東部の高瀬川で太平洋につながり、海水と淡水が混じりあう汽水湖である。積極的な開発が行われていない環境だからこその自然や漁業スタイルが、昔のままの豊かな姿で悠然と広がっている。



●シラウオ  
シラウオは新鮮なほど美しく透き通り、空気に触れただけで白く変わる繊細な魚だ。



●ワカサギ  
骨も柔らかいので丸かじりできる。佃煮など加工品としても人気が高い。

### クセがないからレシピが広がる楽しめる。

秋漁が始まったばかりのシラウオの魚体は4~5センチメートルと小さいが甘味が強く、成長するにつれて、シラウオの特徴であるほろ苦さが出てくる。獲れたての新鮮なシラウオは、とにかく「刺身」でいただきたい。しょうがを添えて醤油かポン酢をかけて頬張れば、コリコリの歯ごたえがたまらない。噛むほどに旨みがじわりと増してくる。また、新鮮なワカサギを油でさっと揚げ、ピリッと辛さを効かせ爽やかに仕上げた「ワカサギの南蛮漬け」は、まさに酒が欲しくなる一品だ。他にも、天ぷらやかき揚げ、卵とじ、酢の物、お吸い物など、クセのない魚が彩るメニューは少なくない。手のひらに乗るほどの小川原湖のこれら小さな魚達は、大自然に育まれた大きな傑作だ。



- 年間漁獲量  
シラウオとワカサギは定置網で行う春漁もあり、通年での漁期が長い。シラウオの漁獲量は年間500トン。
- 宝の湖  
小川原湖では他にも、大和シジミ、ヌマエビ、天然うなぎ、ハゼ、ウグイ、コイ、フナなど約50種類もの魚介が獲れ、昔から「宝湖」と呼ばれてきた。その魅力をアピールし認知度向上のための取り組みが、青森県とのタイアップで行われている。
- 海外輸出  
小川原湖漁業協同組合独自の急速冷凍技術により、香港への輸出も可能となった。

朝、小川原湖で獲れたばかりの「シラウオの刺身」は、たぶん日本一の鮮度。「ワカサギの南蛮漬け」はふんわりと柔らかく、酒にもご飯にもあう味わい。骨ごと丸かじりできるシラウオとワカサギはカルシウムたっぷり。



料理提供「和幸」

## 淡白だから際立つ、甘さとほろ苦さ。

## 料理を支配せず、ふくよかに寄り添う職人の酒。

「株式会社 盛田庄兵衛」には、青森県が優れた技術者のみを認定している数少ない「あおもりマイスター」がいる。

和する。  
「シラウオの刺身」には、常温の一杯がいい。シラウオの繊細な味わいがより感じられる。「ワカサギの南蛮漬け」など、油を使った料理や甘辛く味付けした料理には、なめらかに共鳴する温潤がおすすめだ。  
蔵元は小川原湖に近い七戸町にある「株式会社 盛田庄兵衛」。この地で約250年間、職人肌の杜氏により、地元の伏流水と県産米で量より質の丁寧な酒造りが続けられている。

魚の料理だからと、辛口のすっきりした酒を合わせるのとは限らないと酒のプロは言う。魚独特の臭みを立たせず、魚の旨みがふくらむような一本をセレクトしたい。  
「駒泉 秘蔵参年 吟醸原酒」は、吟醸酒をじっくり寝かせた古酒でありながら、繊細で優しい口当たりが特徴がある。爽やかさも感じるほど重さやだるさがないので、刺身や脂の乗った秋の魚と調



古酒ながら綺麗に熟成した重すぎない琥珀色に酔う。

資源管理型漁業をいち早く取り入れた青森県内水面漁業の大黒柱。

## 「大和シジミ」



### 大切な資源を、守りながら大きくおいしく。

小川原湖と津軽半島にある十三湖は古くから大和シジミの名産地として知られており、青森県のシジミ水揚げ量は全国第2位を誇る。どちらも汽水湖で、八甲田山や岩木山などを源流とした大小の河川からのミネラル豊富な水が流れ込み、シジミの粒が大きく味が濃いのが特徴だ。採具はジョレンという専用の道具を船の動力で曳けた網漁と、漁師の人力で曳く手掘りが主だ。操業には、漁期や一日の漁獲量、さらには獲る貝の大きさも決めるなど、漁業関係者たちは資源を守りながら育てて獲るという意識を徹底させ、大切な宝を未来へと繋いでいる。青森県の食卓には、おいしいシジミの味噌汁が味わえる贅沢な朝がある。



グリコーゲンやタウリンを多く含むシジミは、肝臓に良いとされる栄養価の高い食品で、ビタミンA、ビタミンB12等の栄養成分も多い。