

魚醤を利用した料理の研究

水産科3年 大嶋淳，加藤雅大，鈴木雅隆

1. はじめに

本校で開発製造した魚醤は大変好評で、沢山の方に買っていただくことができました。しかし、買っていただいた方の一部からは、『魚醤をどう使えばいいのか分からない』との声が上がってしまいました。そこで、僕たちは魚醤をどう使えばおいしい料理が出来上がるのか研究して、その成果が今後の役に立てばいいと思い、この研究を始めました。

2. 料理について

魚醤を使うといっても、食材にはそれぞれ相性があり、それが合わないとおいしい料理はできません。そのため僕たちは、魚醤はどのような食材と相性がいいのか知る事にしました。貝類・魚類・イカの3種の食材を使い、それぞれの魚醤との相性を調べました。

①シジミのバター魚醤炒め

シジミ、バター・魚醤を材料として使い、簡単に炒めるだけというシンプルなものです。味も魚醤の風味も微妙なものになってしまい、おかずというよりはふりかけを連想させる味になりました。

②サンマの魚醤焼き

サンマをフライパンで焼き、ある程度焼けてきたら魚醤入れ、いい感じに焼けてきたらお皿に取り上げました。魚どうしで相性がいいのか、味・風味ともにとても良いものになりました。

③ニシンのホイル焼き

サンマは良い結果が得られましたが、もしかしたら相性がいいのはサンマだけかもしれませんので、ニシンを用いて試してみることにしました。

材料はニシン・魚醤・バター・レモン汁・玉ねぎです。時間がなかったなので、最初にレモン汁以外の材料をアルミホイルで包み、フライパンに並べ、そこに適量のレモン汁を入れ、蒸し焼きにしました。サンマの魚醤焼きほどではなかったものの、おいしい料理になりました。

④イカの魚醤焼き

イカとの相性を調べました。材料として、イカ・魚醤・砂糖・ミリンを使用しました。最初に、魚醤と砂糖とミリンを混ぜて、甘みのあるタレを作りました。フライパンで焼いているイカの水分が出てきたところに、作ったタレを入れ、いい感じに焼けてきたらお皿に取り上げました。イカの香りに魚醤の風味が負け、味も薄くなってしまい、芳しい結果とはいえませんでした。

3. 結果と考察

今回の結果を右のような表にまとめてみました。

『評価』の項目は、先生方や、その他近くにいた方々に食べてもらった時のおおよその感想を意味します。

『総合』は、三つの評価基準をもとにして作った最終的な評価です。

この表から、魚醤は魚類との相性がとても良いことがわかります。

ただ、ほかの食材に関して

はあまり芳しい結果が出ませんでした。

以上から、魚醤で美味しい料理を作るには、使用する食材・使用法がある程度限られてしまうことがわかります。

しかし、今回は調理に使える時間や使うことができる材料が限られていましたので、一概に魚醤を使ってシジミとイカでおいしい料理を作ることはできないとは言えません。

料理 \ 評価基準	味	風味	評価	総合
シジミの魚醤炒め	△	△	△	△
ニシンのホイル焼き	○	△	○	○
サンマの魚醤焼き	◎	◎	◎	◎
イカの魚醤焼き	△	×	△	△

◎大変良い ○良い △普通 ×悪い

4. 反省および今後の課題

今回の研究は、自分たちの計画や準備が不十分だったために、わかりやすい結果を得ることができなかったように思います。

残念ながら僕たちは今年度で研究を引退しなくてはなりませんので、これからは、後輩たちがさらに魚醤の適した料理法について研究を引き継いでくれることを祈ります。