



八 剣 山 通 信

第 4 3 号

八 剣 山 発 見 隊

2005年 1 1月 1 3日 発行

1 1月 1 2日 (土) 「飯寿司つくり講習会」を実施しました。

【行事の概要】

11月も中旬となり、八剣山の景色も紅葉から少しずつ葉を落とし、冬の支度が目立ちはじめた今日この頃です。

私たちの生活においても、実りの秋から少しずつ冬に向かっている準備が始まっています。特に北海道の冬は、厳しい寒さと雪に囲まれた中での生活となることから、この冬の生活を乗り越えるため、昔からそれぞれの家庭に伝えられてきたものとして「漬け物」があります。

今回は多くの漬け物の中から要望の多い「飯寿司(いずし)」の作り方についての講習会を実施します。

「飯寿司」は北海道の郷土料理であり、特にお正月料理として、多くの人に食べられています。旬の魚を酢でしめて、こうじ、米、野菜などと漬け込んだもので、サケやホッケ、ニンジン、ハタハタ、キンキなど、さまざまな魚を使った飯寿司が作られています。

今回は、飯寿司づくり歴40年、北広島市に在住している「塚本利江」さんを講師としてお招きし、飯寿司の作り方について実演していただくとともに、参加した皆さんに作り方を体験していただきます。

漬け込む時期は11月上旬から中旬頃が気候の関係で最適の時期です。飯寿司は漬け込んでから完成まで0度近い気温で保存して、およそ40日程度かかります。

今回の魚はサケを使います。前日にサケを一口大に切り、血抜きを行うため水にさらすなどの準備を行い、当日は野菜を刻んでサケとともに樽に漬け込みます。

お正月には手づくりのおいしい飯寿司が参加された皆さんの食卓に上がり、ご家族皆さんで楽しめることでしょう。

・主 催 : 八剣山発見隊

【今回の行事開催場所】



【行事の感想】

飯寿司づくりの事前準備として11日に12名が集まり、湯澤さんがサケを3枚におろし、塚本さんの指導で一口大に切り、血抜きのため5樽に分けて水に浸しました。

水を2時間おきに3回程度取り替え、夜9時頃に水切りを行うために、その作業を5名の参加者に依頼して自宅に持ち帰って実施してもらいました。

12日の講習会には20名が集まり、塚本さんの指導のもと大根や人参などを千切りするとともに、炊きあがったご飯とこうじや砂糖、塩、酢などを混ぜ合わせ、昨日作業した水出したサケの切り身を用意して準備完了。

樽の底に笹の葉を敷き、千切りした大根や人参、サケ、混ぜ合わせたごはん、生しょうが、キュウリ、唐辛子を繰り返して漬け込みました。最後は大根と人参で終わらせ、笹の葉を樽のふちに挟んで上に被せるようにしておおい、落としぶたをしてビニールを閉じました。

1週間後には4kgの重しをして、2週間後には8kgに、3週間後には15kgの重しへと順に重くしていき、およそ40日後の12月下旬には飯寿司が完成する予定です。



【樽に漬けた飯寿司を笹の葉で覆う】

【今後の行事予定】

- ・ 12月 3日 家庭の味の交換会
- ・ 1月 22日 2006 しばれ陶芸体験
- ・ 2月 薫製づくり体験
- ・ 3月 雪山山歩き・雪遊び

発行：八剣山発見隊事務局(事務局長 山澤 敬)
061-2274 札幌市南区小金湯510番地
011-596-2920 FAX 011-596-2920
<http://sapporo.cool.ne.jp/hakkenntai/>

飯寿司つくり講習会



【 サケの切り分け指導 】



【 参加者によるサケの切り分け 】



【 参加者による野菜の千切り 1 】



【 参加者による野菜の千切り 2 】



【 飯寿司の漬け込み指導 】



【 参加者による飯寿司の漬け込み 】

