



たかし
白野貴さん（山田・31）

質の高い山田のカキで勝負

山田湾で養殖漁業を営む白野貴さんが手塩にかけて育てたマガキの殻をむくと、ぶつくりと肥えた乳白色の美しい身が現れました。あたりに海の香りが漂います。「生産量を増やすより質のいいカキを。品質を高めれば評価され、商品価値も上がります」と日々の努力を怠りません。

白野さんは東日本大震災の津波で養殖施設や漁具が全て流されました。あれから3年。父親と2人で所有する養殖いかだを震災前の約2倍に増やしました。量が目的ではなく、広いスペースでカキを密集させず、海水の流れを良くするなどして理想的な生育環境を整えるためです。品質にこだわるのには理由があります。山田のカキが全国で認められれば高値で取り引きされる。漁業の世界に飛び込んでくる若者が増えて明るい将来につながるという展望があるからです。白野さんは自分と同世代の漁師が少ないことが気掛かりです。「仲間が必要。負けてられ

ないし、がんばろうって思えるでしょう」
この道、8年。東京などで5年間のサフリーマン生活を送った後、漁業を継ぐために故郷に戻ってきました。自ら育てたカキを見やる瞳は愛と自信であふれています。

キッチンスタジオ No.63 ハーモニー

このコーナーでは、町管理栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんが手軽にできるお弁当や郷土料理、旬の食材を使った料理などをご紹介します。今回は桃の節句を春らしくきれいに彩る「ひな祭りちらしずし」を紹介します。

【材料（4人分）】

米…2合 高野豆腐…1個 かんぴょう（乾）…15g ニンジン…1/4本 A《だし汁（干しいたけ・昆布・花かつお等）…カップ1 さとう…大さじ2 しょう油（薄口）…大さじ1と1/2》 しいたけ（だしをとったもの）…5～6枚 B《だし汁…カップ1 さとう…大さじ1と1/2 しょうゆ…大さじ1と1/2》 卵…4個 さとう…大さじ2 塩…少々 油…少々 絹さや…8枚 塩…少々 桜でんぶ（市販品）…40g ショウガの甘酢漬け…20g すし酢（市販品）…大さじ2と1/2

【作り方】

- ① 米は炊く30分前に洗い、ザルに上げて水気を切り、普通に炊く。だし汁は作っておく。
- ② 高野豆腐はぬるま湯で戻す。かんぴょうは塩でもんで洗い、熱湯でゆでる。ニンジン皮をおき、材料はすべてみじん切りにする。
- ③ 鍋にAを煮立て、②の材料を入れ15分間ほど煮汁がなくなるまで煮る。
- ④ しいたけはBと一緒に弱めの中火で20分間くらい煮て火を止め、汁けを切って細かく刻む。

ひな祭りちらしずし



- ⑤ 錦糸卵を作る。ボウルに卵を溶きほぐし、塩少々を加える。フライパンに薄く油をひいて弱火で熱し、薄焼き卵を焼く。冷めたら重ねて丸め、細く切る。
- ⑥ 絹さやは筋を取って、さっと塩ゆでし、細切りにする（キュウリやホウレンソウでもよい）。
- ⑦ ご飯が炊けたら熱いうちにすし酢を合わせる。③と④の具材を加えて、切るようによく混ぜ合わせる。
- ⑧ 器に盛り、桜でんぶ、錦糸卵、絹さやを散らし生姜の甘酢漬けをのせると出来上がり。