

## 漁業、農業、採集：五島の食文化

五島の料理は、島ならではの海の恵みをふんだんに使っている。しかし、豊かな畑の作物や島の周囲に生い茂る無数の椿のおかげで、どの食料源が欠けても他の食料源が残るのだ。歴史的に見ても、不漁や災害で他の離島の村人が島を離れても五島に人が住み続けた理由のひとつは、この自給自足にある。

椿油から熱帯魚まで、五島の特産品は漁業、農業、採集の産物を組み合わせ、五島列島ならではの食体験を観光客に提供している。

### 五島うどん

うどんは小麦粉、水、塩から作られる。日本全国で見られる標準的な形は、幅約 3 ミリの太いモチモチした麺にカットされている。しかし五島うどんは、一般的な角切りうどんよりも細めの約 1.7 ミリで、麺は丸い。

このうどんを作るには、2 本の木の棒の間に麺を挟んで引っ張ったりねじったりして生地を伸ばす。麺を伸ばす過程で、地元産の椿油を塗るのだが、この椿油が麺を折れにくくし、茹でたときにコシがあり、絹のような食感になるのだ。この工程は「みがき」と呼ばれる。最後に、麺は潮風で乾燥される。

五島うどんは温かくても冷たくても食べられるが、地元ではトビウオからとった温かいダシを使うのが一般的だ。もうひとつの人気は地獄炊きと呼ばれるスタイルで、麺を茹で、鋳鉄製の鍋に入れてテーブルに運ぶ。茹で上がった麺を湯から引き上げ、だし汁にくぐらせる。生卵、ネギ、かつお節などのトッピングが添えられる。

### かんころ餅

かんころ餅は五島列島の伝統菓子である。一般的な餅はもち米を搗き、粘りを出して作る。かんころ餅は、米に地元産のサツマイモを加えて甘みを出す。高価な米を節約するために、安価な材料を使うようになったのが始まりかもしれない。

サツマイモは福江では一般的な作物で、秋に収穫される。しかし、生のサツマイモを通年使用するために保存するのは難しい。根は寒さに弱く、気温の高いところで保存すると芽が出てしまう。日本の他の地域では天日干しで乾燥させることができるが、五島の海岸沿いの湿った環境では腐ってしまう。その代わりに、農家はまずジャガイモを薄くスライスし、それから茹でる。最後に、茹でたスライスを「かんころ棚」と呼ばれる屋外の干し棚に並べる。冬の冷たい海風が棚を通り抜ける間、日よけが日差しからジャガイモを守る。そうすることで水分が飛ばされ、3〜5 日後には硬く乾いた状態になる。

かんころ餅を作るには、干し芋をもち米と一緒に蒸して戻す。これを粘りのあるペースト状に搗き、丸めて餅にする。餅はスライスされ、生でも焼いても食べられる。

### ハコフグ

ハコフグはハコフグの名前であり、調理法でもある。「トランクフィッシュ」とも呼ばれるハコフグは、硬い甲

羅に包まれた熱帯魚の仲間である。その小ささと厄介な甲羅から、かつて地元の漁師たちはハコフグを混獲とみなして捨てていた。しかし、やがて調理法が考案された。魚を逆さにして内臓を取り出すのだ。食べられる肝を戻し、麦味噌、酒、ネギ、ショウガ、みりんを混ぜたものに加える。その後、ホイルに包んで鉄板で焼く。焼き上がったら、魚の逆さの箱状の胴体を容器にして、そのまま出される。中に入っている混ぜ物をスプーンですくって、そのまま、あるいはご飯の上にのせて食べる。

#### その他の海鮮物

五島には、鬼鯖ずしなどの海鮮料理もある。鯖の切り身を調味酢に漬け、寿司飯の上でしっかりと巻き、一口大に切る。水イカの一晩干しは、切り身にしたアオリイカを一晩干しにしてうま味を引き出したもの。

養殖の本マグロもまた、新たな特産品である。五島の漁師は最近、島のいくつかの入り江でこの貴重な魚の養殖に成功した。

#### 椿油とスピリッツ

五島列島には、果樹園にも自生地にも椿の木が茂っている。種子が熟すと、住民が自宅の庭や畑の境界線、山などから採取し、種子を搾油する施設に売る。この油は五島うどんのほかにも、食用油やドレッシングの材料として多くの郷土料理に使われている。また、木の葉は乾燥させてお茶としても飲まれている。

日本の伝統的な蒸留酒である焼酎は、地元産のサツマイモ（芋焼酎）や大麦（麦焼酎）から島で蒸留されてきた。しかし近年は、地元の風味を加えるために椿が使用されている。2017 年には、福江のクラフトビールメーカーが椿の花から抽出した酵母で発酵させた麦焼酎を発売した。福江島はまた、2022 年に椿の種子、葉、油粕を風味付けのボタニカルとして使用する蒸留所を開設し、全国的なクラフトジン・ブームに加わった。