かも・す【醸す】［動サ五（四）］

1 麹こうじを発酵させて、酒・醤油などをつくる。醸造する。「酒を―・す」

2 ある状態・雰囲気などを生みだす。

（デジタル大辞泉より）

Another Story

じいちゃんのなれずしと祭り

春になると、裏山にじいちゃんが山椒の葉を採りにいく。アジのなれずしの下ごしらえができたのだ。アジに塩をして重石を乗せて水分を抜く。数日後、十分に水が抜けたら山椒の出番だ。裏山から採ってきたばかりの大量の山椒と炊いたご飯、畑で採れたなんば（とうがらし）をたっぷりと。山椒は漬けるその日に採りに行く。それがうちのこだわり。一つの桶に、30kgほどの重石を3つ。夏になり、発酵が進むと、目に見えない小さな生き物たちの力は、約100kgもある重石を転がし落とすこともある。

食べるのは、お盆の頃。7月の祭りだと、まだ漬かりが浅い。普段は静かな能登のまちに、こんなに多くの若者がいたのかと驚くほどの賑わいを見せる。祭りの晩は、親しい友人や親戚を招いて御馳走を振る舞うヨバレが行われる。能登の人々が絆を確かめ合う大切なハレの日である。

古くは、目に見えない微生物の働きを神の力としてとらえ、神事や祈りとも深く結びついていた「醸し」の文化。発酵のしくみが科学的に解明されてからも、目に見えないものに対する精神性は受け継がれ、自分たちの命を永らえさせる恵みを生み出す山や海への感謝を祭りであらわし、それを守る共同体をつくってきた。100kgもの重石を動かす発酵の力は、ふだんは静かな能登の町が祭りのときに発するエネルギーのようだ。貯めてきた力がふつふつと沸いてくる。能登の人は、そのエネルギーを食べて生きているのだ。

じいちゃんのなれずしは、家業の魚屋で売られるようになり、今年から、離れて暮らす孫が引き継ぐことになった。また、次の世代へと醸しびとの物語が続いていく。

Noto Kamoshi Spot　能登に来たら訪れたい醸しスポット

1. 能登イタリアンと発酵食の宿 ふらっと

自家製いしりと発酵食が楽しめる。
イタリアンが自慢の小さな宿。

石川県鳳珠郡能登町矢波27-26-3
0768-62-1900
IN：15:00
OUT：10:00

2. Villa della Pace

七尾西湾を臨むイタリアンオーベルジュ。

石川県七尾市中島町塩津 乙は部26-1
0767-88-9017
休：水・木
L：12:00〜12:30L.O.
D：18:00〜19:00L.O.

3. カネイシ

イカの町、能登小木港で、能登の海産物を製造・販売。

石川県鳳珠郡能登町小木18-92-2
0768-74-0410
営：8:30〜17:30

4. 能登糀屋 高澤醸造

明治の創業以来、発酵ひとすじ。
味噌のほかかぶらずし等豊富なラインナップ。

石川県羽咋市下曽祢町ノ部50
0767-26-0261
営：8:00〜17:00

5. 谷川醸造 株式会社

地元で愛されるサクラ醤油が人気。
糀を気軽に楽しめる商品が豊富。

石川県輪島市釜屋谷町2-1-1
0768-22-0501
休：土・日
営：8:00〜17:00

6. 農家レストラン むろたに

地元食材で、地元の料理を味わえる。
実家にかえったような雰囲気。ランチのみ。

石川県羽咋郡志賀町福浦港和光台ろ12
0767-48-1321
予約のみ

7. 数馬酒造 株式会社

能登の地酒「竹葉」をはじめ、
能登の食材に合う酒を醸す酒蔵。

石川県鳳珠郡能登町宇出津へ36
0768-62-1200
休：日
営：9:30〜17:00

Noto Kamoshi Style　https://notostyle.jp/kamoshi/
能登の発酵食文化を伝える「能登の醸しびと」の物語を紹介しています。
発行：能登半島広域観光協会　編集：能登DMC／能登スタイル

令和3年度「食文化ストーリー」創出・発信事業

文化庁

Noto Kamoshi Style

目に見えぬ生き物たちと人々の物語


Ishiri


Nare-zushi


Kabura-zushi

発酵する能登のはなし

能登半島で海沿いの道を走ると「山・里・海」がワンセットとなった風景が続きます。季節ごとに多くの恵みをもたらす里山と里海。そこから採れる材料をいかに長く保存し、味わうか。先人たちの知恵の蓄積が能登の発酵食文化を育んできました。発酵には欠かせない塩と米が手に入りやすかったこと。良い意味で近代化の波が押し寄せなかったことで、その独自の文化が現代まで受け継がれてきました。

食文化は、私たちが味わったり作ったりすることで守られます。能登が受け継いできた発酵食を現代の感覚で生活の中に取り入れていくライフスタイルを「Noto Kamoshi Style」と名づけ、発酵食にまつわる物語として伝えていきます。

季節の恵みを余すことなく

能登の里山に山椒の芽が出てくると「なれずし」の仕込みの時期です。裏山でとってきた山椒とその季節に獲れるアジやイワシでつくります。能登のばあちゃんたちの体には、この季節になったらこれを仕込むというサイクルがしみ込んでいます。夏になったら、いしり干し。秋には「ゆうなんば」をつくり、冬になれば「かぶらずし」2月になれば、味噌やいしりの寒仕込み。年によっても微妙に味は変わるし、家によっても違います。

「能登イタリアンと発酵食の宿ふらっと」では、オーストラリア出身のシェフが、伝統の発酵食を受け継いでいます。

オーストラリア人シェフを魅了した能登の風土と発酵食「いしりとひねずし」 1



ふらっと
ベンジャミン・フラット
船下智香子

能登独特の調味料「いしり」

日本三大魚醤の一つ「いしり」は、能登独特の調味料です。「ふらっと」で作られた「いしり」を使っているミシュランシェフがいます。東京都出身で、七尾でオーベルジュVilla della Pace（ヴィラデラパーチェ）を営む平田明珠さん。旬になると多く集まる食材を無駄にしないために、ご自分でも発酵食を作り始めました。高温多湿な能登の夏を越して、食材を保存する発酵技術は、ベンさんや平田さんのように、シェフの目線で活かされて、まったく新しい料理として新しい価値を生み出しています。

ミシュランシェフが惚れ込んだ里山里海の旨味「いしり」 2



Villa della Pace
平田 明珠

商うことで守られる文化

実は近年、「いしり」の生産量は業務用としても伸びています。カネイシで作られるいしりは、大手食料メーカーにも原料として卸売されています。かつては、各家庭でつくられていたものが、少しずつ作られなくなっていきましたが、事業者が商うことによって生産技術が守られているのです。

家庭からプロへ！需要拡大する温故知新の魚醤「いしり」 3



有限会社カネイシ
新谷 伸一

「かぶらずし」もまた、事業者の存在によって守られている発酵食文化です。もともと糀屋だった高澤醸造では、自社の糀を使ってあらゆる発酵食品を生産しています。主力の味噌に負けず、「かぶらずし」は根強い人気の季節商品です。塩漬けにしたカブに切り身のブリやサバを挟んで、糀で漬けて発酵させます。一度に大量に獲れる魚をできるだけ長く保存し、美味しく食べるための知恵なのです。

代々受け継ぐ蔵の味、糀が決め手の「かぶらずし」 4



高澤醸造株式会社
高澤 理八

代々、発酵食を生産する蔵には蔵つき酵母が住んでおり、店ごとの味わいを作り出します。そんな蔵つき酵母が息づく谷川醸造では、糀を気軽に使えるように、新しい商品を作り出しています。

料理をカンタン美味しくしたい！醤油屋の四代目夫婦が挑戦する「糀の新商品」 5



谷川醸造株式会社
谷川 貴昭
谷川 千穂

現代の暮らしに受け継がれる発酵

能登で生活をしていると野菜をもらったり、魚をもらったりすることが多くあります。貨幣経済だけでなく、つながりによって価値を交換するという贈与経済や交換経済が息づいているからです。美味しい「こんか漬け」のレシピも、そうやって人から人へと伝えられていきました。珠洲市に住んでいる新谷さんは、かつて宇出津で習った「こんかいわし」を今でも作り続けて地元のイベントなどに出品しています。

90歳じいちゃんが作る魚の漬物「こんかいわし」美味しさのヒミツとは？！ 6



珠洲市在住
新谷 幸昇

コミュニティでの伝承は、能登の発酵文化を守る鍵となります。志賀町で農家レストランを営む室谷さんは、地元の料理教室で「大根ずし」のつくり方を教えています。若い方の味覚にも合うようにアレンジして食べやすくしています。

郷土料理の伝道師がつくる家庭の味「大根ずし」 7



郷土料理研究家
室谷 加代子

中能登にある石川県立鹿西高校家庭部では、地域のかぶらずし名人の近江節子さんから作り方を教わりました。発酵食を仕込む場は、人と人をつなげます。ここでもまた、世代を超えて若きKamoshi Styleの担い手を育てているようです。

高校生に伝えたい。ばあちゃんの人情「かぶらずし」 8



中能登町在住
近江 節子



あなたもKamoshi Styleはじめませんか

まずは食べてみて楽しむところから。そして、実際に自分で作ってみてください。数馬酒造の若女将が郷土の味「大根ずし」を人生の先輩から教わりました。この酒蔵の理念は「能登を醸す」。そこには能登の豊かな里山里海を後世に引き継ぎたいという願いが込められています。食材に感謝して、余すことなく美味しくいただく。この土地が永く育んできた生活文化にこそ、未来を生き抜くヒントがあるのかもしれません。

目に見えない微生物たちの力が、あなたの次の物語をつくっていくことでしょう。

酒造女将がばあちゃんに教わる郷土の味「大根ずし」 9



数馬酒造株式会社
數馬 しほり