

能登の魚醬（いしる）について

経沢信弘

魚醬とは、魚介類を塩漬けにして発酵させて液状の調味料にしたものである。

魚醬は、魚介の旨味を凝縮した調味料で、独特の塩味と魚介の香りが特徴である。世界各国で伝統的に使われており、日本でも古くから親しまれている。醤油以前は魚醬が調味料として使われていた。

日本では秋田のしょつつる、能登のいしる、香川のいかなごが三大魚醬として知られている。海外ではタイのナンプラー、ベトナムのニョクマム、中国のユイルウなどがある。アジアの沿岸部を中心につかわれている。

魚醬の作り方はいたってシンプルで魚介類と塩をまぜて約2年間発酵させる。

魚介類が持つ酵素によってタンパク質が分解され、アミノ酸が増し旨味成分が凝縮される。

使い道は煮物を中心に料理の隠し味や汁ものに使う。

塩分濃度が高いため入れすぎると塩辛くなるので調整する。また独特の匂いがあるので好き嫌いがある。色は赤褐色でミネラル、ビタミンも多く含んでいる。

* 能登の（魚醬）いしる

2024年1月1日に発生したM7.6、最大震度7の地震が能登半島を中心に北陸地方に甚大な被害を及ぼした。

特に魚醬（いしる）の被害が深刻だった。約2年間甕に入れて保存するためほとんどが壊れてしまった。輪島を中心に製造しているため出荷できない状況がつづいた。しかし輪島の新実商店ではどうにか持ちこたえた。製造も開始している。魚は輪島港が使えないので能都町から仕入れをしているという。



いしる しよつづる キビナゴ

魚醬製造

魚醬の製法はいたってシンプルで魚介と塩だけで約2年発酵させる。自分で試作してみた。



富山湾で獲れたかたくちイワシ、みぎす、ホタルイカ、げんげ、琵琶湖の稚アユを漬け込んだ。射水市では鰯の魚醤、若狭ではウニの魚醤や長崎五島列島の魚介をブレンドした魚醤など各地でいろいろ作っているようだ。

まとめ

古代より魚醤は醤油以前から使われていたが東南アジアから黒潮（対馬暖流）に乗って日本列島につたわったのであろう。特に日本海沿岸に顕著にみられた。今後もいろいろな魚介類を使い試してみたい。