

100年フードデータベース

都道府県名		島根県	
100年フード名		高津川の鮎料理 ～鮎だし雑煮、塩焼き、せごし、鮎飯、 うるか、うるか茄子～	
認定部門		☒ 伝統部門 ☐ 近代部門 ☐ 未来部門	
発祥時期		☒ 伝承	
主な伝承地域		益田市・鹿足郡津和野町・吉賀町の高津川流域	
食文化ストーリー (歴史・文化・関連行事等)			流域にダムが一つもない唯一の一級河川であり、「最も水質が良好な河川」に何度も選ばれた高津川の流域では、清らかな流れの中で育った鮎が特産品であり、竿釣りの解禁期間には多くの釣り人が集まり、腕を競います。そして、釣って楽しむだけでなく、味わって楽しむために、たくさんの料理法が編み出されてきました。素材の良さをそのまま味わう「塩焼き」や「せごし」、鮎を炊き込んだ「鮎飯」、内臓まで味わう各種の「うるか」、うるかで茄子を煮る「うるか茄子」、焼き干した鮎でだしをとる「鮎だし雑煮」など、鮎の美味しさを様々な形で楽しめます。特に「鮎だし雑煮」はこの地域独特の料理であり、流域内でも食べる地域は限られ、家庭ごとの味があります。また、「うるか」は、内臓のみで作る「苦うるか」、内臓にほぐした身を混ぜる「身うるか」、卵巣のみを用いる「子うるか」、精巣のみを用いる「白うるか」などと細かく分かれており、鮎を食べる文化の歴史の深さがうかがわれます。これらの鮎料理は流域の料亭や旅館などで味わえるほか、家庭でも食べられてきました。鮎は狩猟採集の時代から食されてきたと考えられますが、鮎料理としては、戦国時代の永禄11年（1568）に益田の領主益田藤兼・元祥親子が戦国大名の毛利元就に振舞った料理に「あゆ」、「こうるか」、「あい（鮎）のしらほし」が見えます。このときの記録をもとに、料理を再現する取り組みや現代風にアレンジしたお弁当の提供も行われており、その際にはもちろん鮎が使われています。歴史を美味とともに味わうことができます。
特徴	食材	高津川の鮎	
	製造方法・調理法	鮎で出汁をとる雑煮はこの地域独特のものです。	
	道具・食器	特になし	
	種類・主な食べ方	☐ 米・餅・寿司 ☐ 麺類 ☐ 粉もん ☐ 酒 ☐ 茶 ☐ 菓子 ☐ 調味料 ☐ 野菜 ☒ 魚介類 ☐ 肉類 ☐ 海藻 ☐ 山菜 ☐ 日常食 ☒ 保存食 ☐ 発酵食品 ☒ 行事食 ☐ 贈答品	
保護・継承の取組			様々な鮎料理を、お店やイベント等で食べられるよう、取り組みます。鮎だし雑煮については、栄養士会や食生活改善推進協議会と連携した保護・継承の取組を進めます。
もっと知りたい 食べてみたい 行ってみたい方に			【知】 参考文献、体験・展示施設、語り部動画 益田「中世の食」再現プロジェクト編集発行・堀江修二監修『益田家文書から再現した中世の食』2010年