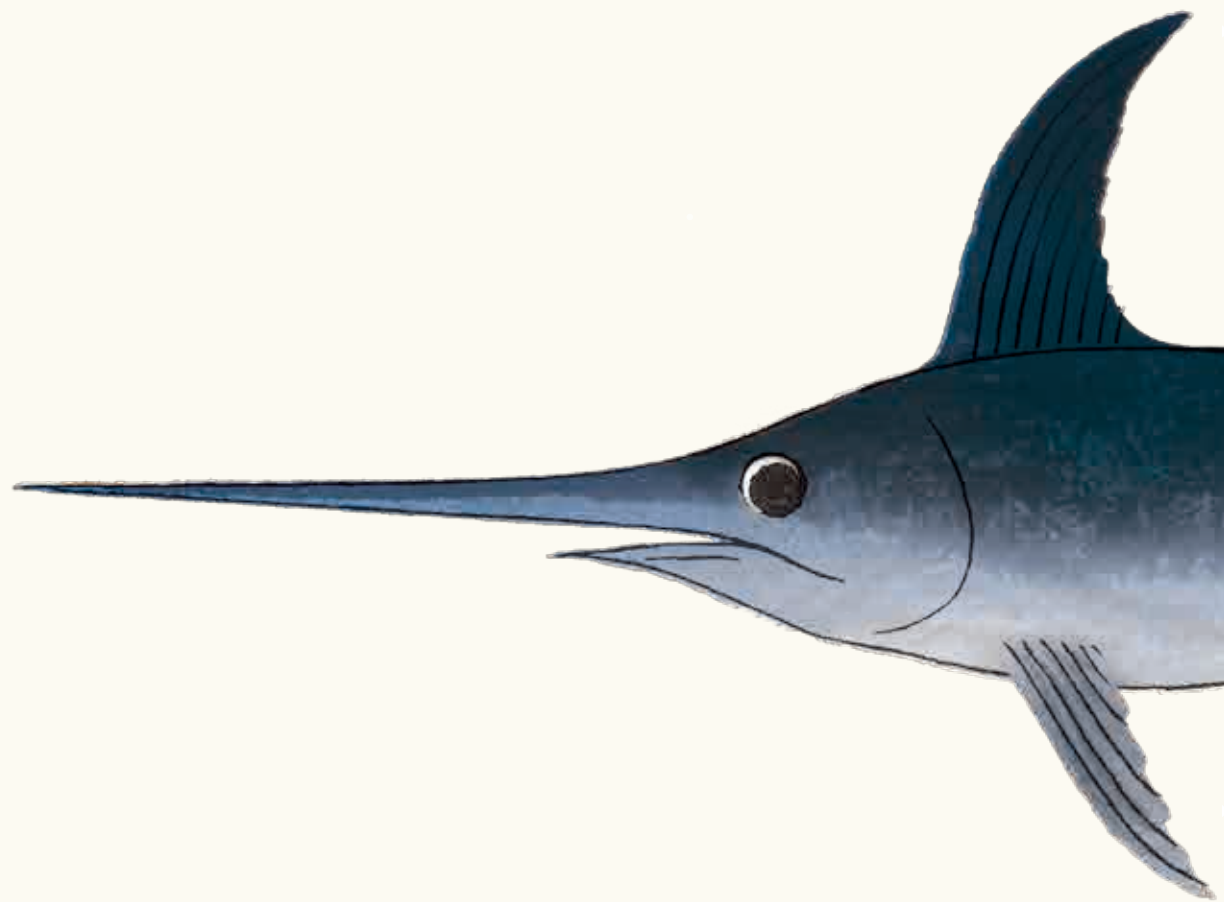


気仙沼メカジキ本

Kesennuma Swordfish Book



気仙沼へのアクセス

■鉄道でお越しの方へ

・東京駅から東北新幹線で約2時間40分、一ノ関駅下車、大船渡線快速で約1時間15分、気仙沼駅下車

■飛行機でお越しの方へ

・仙台空港駅から仙台空港アクセス線で約25分(快速17分)、仙台駅で東北新幹線に乗り換え約30分、一ノ関駅下車、大船渡線快速で約1時間15分、気仙沼駅下車

■お車でお越しの方へ

・東北自動車道一関ICより国道284号線経由で約1時間20分
・三陸自動車道登米東和ICより国道346号線、45号線経由で約1時間

※JR気仙沼線は、気仙沼駅～柳津駅間の鉄道運行を休止しています。復旧までの代替として、同区間でBRT(バス高速輸送システム)による運行が行われています。

※JR大船渡線は、気仙沼駅～盛駅間の鉄道運休をしています。復旧までの代替として、同区間でBRT(バス高速輸送システム)による運行が行われています。

※高速バス(仙台～気仙沼)、特急バス(一ノ関～気仙沼～大船渡)、夜間高速バス(池袋～気仙沼)も利用できます。各交通機関へお問い合わせください。

■発行：気仙沼市

■制作：一般社団法人リアス観光創造プラットフォーム

■制作協力：気仙沼メカジキブランド化推進委員会、気仙沼信用金庫

■監修：余川浩太郎氏(国立研究開発法人 水産総合研究センター 国際水産資源研究所)

その姿、流麗で その味わい、妙なり。

世界三大漁場の一つ、三陸沖から豊富な海産物がもたらされ、日本における遠洋漁業の重要な基地である漁港を持つ海洋都市、気仙沼市。一年を通して多種多様な水揚げを誇りますが、その量が連続日本一を記録している魚を知っていますか。長く突きだした吻（ふん）が印象的な「メカジキ」は、地元の人たちにとって昔から身近で、特別な海の味覚です。その魅力を、様々な視点から皆様にご紹介します。



種名：メカジキ

（「カジキマグロ」としてスーパーなどで販売されることがありますが、分類学的にはマグロとは全く違う種です）



メカジキ科唯一の現生種で、メカジキ属唯一の種

「カジキ仲間」だけどちょっと違う

混同されることもあるが、全く別の種



マカジキ

スズキ目・マカジキ科に分類される一種。見た目はメカジキに似ていますが、吻はやや短く肉は赤身です。



パシウカジキ

こちらもスズキ目・マカジキ科の一種。長く大きな背びれが特徴で、吻は短い。メカジキと違いウロコに覆われています。



マグロ

サバ科・マグロ属に分類。温かい外洋を回遊する大型肉食魚で、吻はありません。目が大きいところはメカジキに似ているかも…。

CONTENTS

メカジキのイロハ	03
突きん棒漁	05
延縄漁	07
気仙沼から日本中の食卓へ	09
気仙沼メカジキ解体新書	11
受け継がれる港町の歴史	13
ばっぱが教えるメカジキの味	15
気仙沼メカジキを世界ブランドへ	16
おいしく、味わい深く	17
MEKA MARCHE ～お持ち帰りメニュー～	19
地域とともに歩んでいく	21
気仙沼メカジキの未来	21

猛々しい海のスプリンター メカジキのいろは

メカジキは、スズキ目・メカジキ科に分類されるカジキの仲間で、メカジキ科唯一の現生種。カジキ類の中ではとても大きく成長する魚で、かつ獷猛な性質を持っていることが分かっています。特徴はやはり、「吻（ふん）」と呼ばれる前方に突きだした部位でしょう。剣のように鋭く尖った形状をしているので、漁の際は船上で切り落としておくのが通常です。

温かい海域に分布し、多くは中・南太平洋に生息。肉食性で、寿命は15歳くらいと考えられています。大きいものは、全長5メートル、体重400キロを超えることも。飼育するのが難しいため、生きた状態を水族館で見るとはめつたにないでしょう。



① 鼻先を武器に 小魚を捕食

カジキ類は水面近くを泳ぐ魚を追いかけて捕食しますが、メカジキは深海にも適応しているので、イカや深海魚なども食べて成長します。長く伸びた「吻」をエサとなる小魚にぶつけて気絶させたり、鋭い刃で切り裂いたりして捕まえます。

② 食いしん坊の 大きく丸い目

メカジキの眼は、典型的な深海向け。その大きな眼で、食欲にエサを探して捕食します。水揚げされたもののなかには吻の先端が磨り減ったものも多いですが、海底の砂を掘ってカニや海老を捕食していると考えられています。

③ 船を貫く 剣を持つ魚

メカジキを漢字で書くと「女梟木」「目舵木」などとなりますが、この「舵木（梟木）」という言葉は船の用材を指し、凶暴な性格ゆえに舟板を突き通すという意味で「梟木通し」と呼ばれたことから名付けられたようです。学名の種小名では「Gladius（グラディウス）」となりますが、これは古代ローマ時代の軍団兵や剣闘士によって用いられた剣のこと。英語名は「Swordfish（ソードフィッシュ＝剣魚）」、Billfish（ビルフィッシュ＝嘴魚・しぎょ）、イタリア語やドイツ語、中国語でも刀剣を意味します。スペイン語では「Emperador（エンペラドール）」と呼ばれ、「皇帝」の称号を得た魚類になっています。

④ 寒くなるほど風味豊か

メカジキは、年間を通して水揚げがありますが、夏場、主に突きん棒漁で収穫されるものは「夏メカ」と呼ばれ、脂のりが穏やかであっさりとした味わいが特徴です。10月～3月に水揚げされる「冬メカ」は、その身にたっぷり脂を蓄えており、切った包丁がすぐに使い物にならなくなるほど。濃厚な旨みを楽しむことができます。

⑤ 水温変化に強く 広い生息域

生存に適した水温は18～22℃で、生息可能なのは5～27℃と幅広いのが特徴。そのため、マッコウジラのように温度差のある海の表層と深海を行き来できます。魚類でこれだけの温度差を行き来するのはまれ。人間で言えば、夜は沖縄、昼は旭川で生活するようなもので、環境変化の適応能力はずば抜けて高いことが分かります。

⑥ 400kg を超える巨体

成魚になるのは3歳からで、寿命は15歳以上。成長すると、体長は4～5メートル程度になります。気仙沼市魚市場に水揚げされたメカジキのなかで最大を記録したのは、2006年8月25日に第36寿々丸（北海道船籍／大目流し網）の約400キロです。

⑦ スタミナ自慢の 短距離ランナータイプ

バショウカジキやクロカジキ（クロカワカジキ）とともに驚異的な速さで海の中を泳ぎ、最速は時速100キロに及びます。これは、マグロの時速80～90キロ、カツオの時速60キロを超えるスピード。筋肉に生じた乳酸を中和する能力が、脊椎（せきつい）動物のなかでトップクラスなのがその理由です。メカジキはカジキ類の中で最も丸い体をしているため、上下の移動や深い場所での生活が得意です。

最速の魚を追う2人のハンター

突きさん棒漁

魚影にめがけて
銚を一閃。
いっせん

突きさん棒漁の
主な漁域

気仙沼



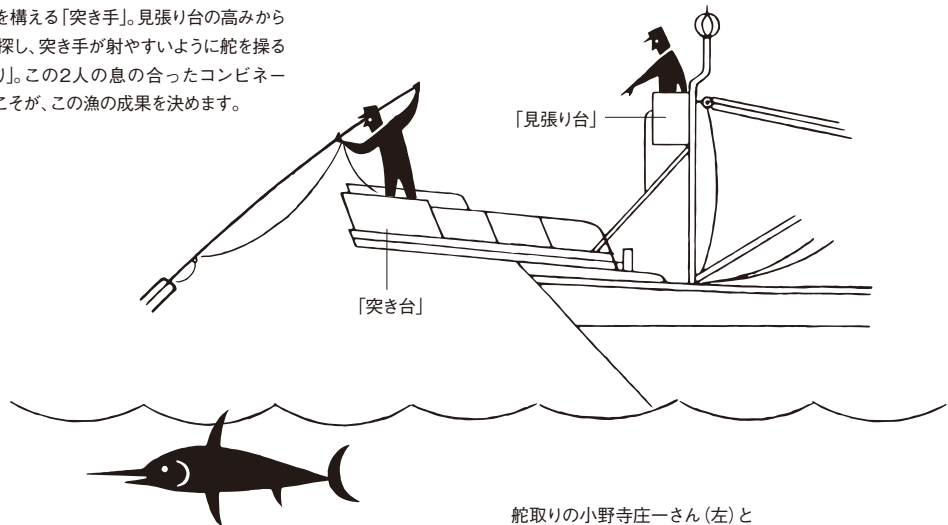
波に揺れる舳先（へさき）の突き台に立ち、突きさん棒を構えてメカジキの姿を求める突き手。舵取りも、見張り台の上で船を操りながら、波間によぎる魚影を探します。黒く大きな影が目の前を走った瞬間、銚（もり）はその手から放たれ魚体に命中。それは、迅雷のごとき一瞬の出来事でした。

唐桑町崎浜地区の小野寺庄一さんは、東日本大震災の前年に脱サラして漁師となり、「突きさん棒漁」の担い手となった一人。幼い頃、漁師のおじに淡い憧れを抱き、テレビで突きさん棒漁師の活躍を見て、自分が目指す道を確認したそうです。小野寺さんは「攫千金の狩りって感じでカッコよかったんですね」と話します。しかし、漁師として旅立ち始めた直後、唐桑の港を震災による津波が襲いました。甚大な被害を目の当たりにしながら、それでも小野寺さんは漁師としての生き方を突き通し、函館で新たな漁船を建造。ワカメの養殖も手掛けながら、突きさん棒漁を続けています。

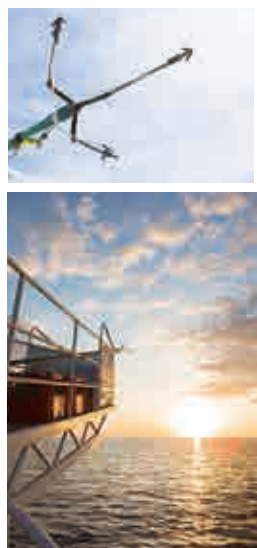
この日も、漁師になることを後押ししてくれたという同級生の三浦秋浩さんとタッグを組み出港。大物を仕留める手応えを求めて、海原を駆け巡ります。

突きさん棒漁

漁船の先に立ち、三叉の銚「突きさん棒（つきんぼう）」を構える「突き手」。見張り台の高みから魚影を探し、突き手が射やすいように舵を操る「舵取り」。この2人の息の合ったコンビネーションこそが、この漁の成果を決めます。



舵取りの小野寺庄一さん（左）と
突き手の三浦秋浩さん（右）





延縄漁

波の下で獲物をとらえるたくさんのロープ

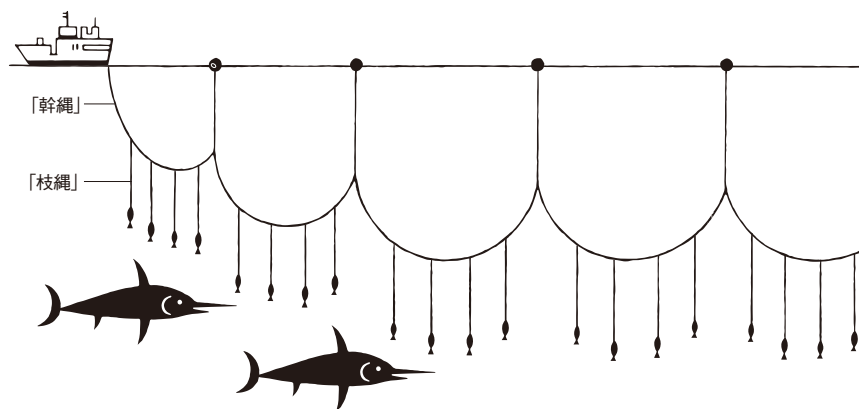
大物を狙う
伝統の仕掛け。

近海延縄漁の
主な漁域



延縄漁

「幹縄（みきなわ）」と呼ばれる長いロープに、「枝縄（えだなわ）」と呼ばれる短いロープを一定の間隔でつなぎ、それぞれの枝縄の先には餌と釣り針を設置。それを海に沈めて、マグロやメカジキなどに食いつかせる仕掛けです。釣り針にエサをつけて流すのに4時間、休憩をはさみながら、引き上げるまで10～12時間要します。



一本の太い幹縄（みきなわ）からたくさんの枝縄（えだなわ）を垂らし、その先端に付けた釣り針で大型の魚を獲る「延縄漁（はえなわりょう）」。幹縄は、長いものは100キロ以上に及ぶものもあり、洋上でこの大がかりな仕掛けを設置する作業は、かなりの重労働となります。

気仙沼港を出港した近海延縄船は、漁場に着くまで2～7日、帰還するまで約1ヵ月かかります。船頭は、事前に入手した高精度の水温図や潮流図を分析し、他の漁船と連絡をとって情報収集。さまざまな先進機器を駆使し、仕掛けを設置するポイントを決めます。つまり、延縄漁とはち密なデータに基づく情報戦。場所が決まると、インドネシアの若い働き手を含む10数名のたくましい漁師たちが一丸となって、仕掛けに取りかかります。

震災後すぐに新造された第三十七金栄丸の船頭、佐々木長利さんは、「メカジキは、昔から地元の人たちにとって欠かせない魚だから」と、頼もしい笑顔で教えてくれました。

全国シェア72%

気仙沼市魚市場の2014年の生鮮メカジキ水揚げ量は、全国の72%のシェア。冷凍魚を含めると54%のシェアを占めます。

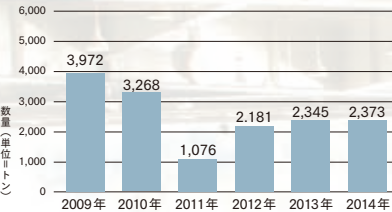
出典【漁業情報サービスセンター】



水揚げ2,300 t

東日本大震災前は3,000 t 台だった水揚げ量が激減。その後、徐々に回復していき、2013年からは2,300 t 台をマークしています。

メカジキ水揚げ量（気仙沼市魚市場）



出典「気仙沼の水産 平成 27 年版」

水揚げのピークは10月～3月

漁期は通年で、10月～翌3月に良質なものが数多く水揚げされますが、気仙沼のメカジキは、夏でもマグロほど身の質を下げないのが特徴です。三陸沖の恵まれた漁場が、脂のりや味の深みを与えています。

地方卸売市場気仙沼市魚市場

- 開設者／気仙沼市
- 卸売業者／気仙沼漁業協同組合
- 施設面積／42,329㎡
- 岸壁延長／1,000m
- 汚水処理施設／処理能力：650トン
処理方法：活性汚泥法
- 場内海水／処理方法：オゾン滅菌 紫外線滅菌

2階見学デッキより、場内の見学が可能です。札入れが行われる6:00～8:00の間が見頃。6～11月頃のカツオのシーズンは、昼以降も入船・水揚げが行われることがあります。休場日があるので、事前にホームページでご確認ください。

<http://www.kesennuma-gyokyou.or.jp/>

気仙沼から日本中の食卓へ

まだ、朝日が昇らない暗闇のなかで、気仙沼市魚市場はすでに活気づいています。漁船から水揚げされたメカジキは、重さを計り、品質ごとに選別して並べられます。100キロを超す大きな魚体が整然と連なる光景は、実に壮観です。

気仙沼は、メカジキの水揚げ量が日本一。2014年の気仙沼市魚市場の水揚げ全体では、数量で3%、金額で13・4%を占め、主要な魚種の一つとなっています。2014年の国内における生鮮メカジキの水揚げ量は約2992トンに対して、気仙沼市魚市場の生鮮メカジキ水揚げ量は約2140トン。これは、全国の72%のシェアを誇り日本一です。

入札を終えたメカジキの約9割は、市内6社の流通加工業者が流通を担い、主に首都圏を中心に全国各地へ届けられます。

メカジキのMSC認証を目指して

水産資源には限りがあり、適切な量を超えて獲り続ければいつか枯渇してしまう恐れがあります。「MSC (Marine Stewardship Council 海洋管理協議会)」では、世界の水産物市場を改革し、持続可能な漁業を推進するという目的の下、適切な漁業管理ができているかを独立第三者認証機関によって審査を行い、水産物ごとに認証マークを付与しています。気仙沼メカジキも、その認証獲得を目指して整備中です。

気仙沼メカジキ解体新書

メカジキは部位ごとに特徴があり、それぞれ違ったおいしさがあります。魚屋で購入する際には、その性質を知り最適な調理法を知っておくといいいでしょう。「株式会社足利本店」の足利宗洋社長と目利きのエキスパートである前田政喜課長に、メカジキの部位と加工の過程について詳しく教えてもらいました。

身

ややピンクがかった白身で、冬場になるほど脂の含有量が増えます。気仙沼ではポピュラーな味覚で、かつ高級食材。ヨーロッパでもよく食べられています。

背

背の部分はしっかりとした歯ごたえが特徴。

【料理法】ステーキ・香草焼きなど

ハラ

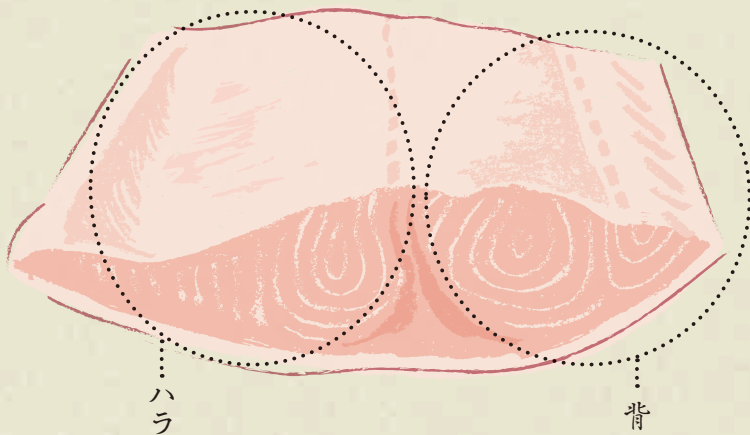
上質な脂をたっぷり含み、ぜいたくな味わいが楽しめます。

【料理法】刺身・しゃぶしゃぶなど

下(尾)

ほどよい弾力と風味を味わうのに最適な部位。

【料理法】ステーキ・刺身など



ハーモニカ

背びれの付け根部分で、何本もある細い骨に付いた身を食べます。その見た目と、しゃぶつく時に楽器のハーモニカを吹くような格好になることから、その名がつけられたようです。一体から少量しか採れないので、昔から知る人ぞ知る食材。ゼラチン質を多く含み、プルプルとした歯ざわりがたまりません。

【料理法】煮付け・直火焼き・唐揚げ など

カマ

頭と胴体の付け根部分。しっかりと歯ごたえのある肉が付き、皮下にはコラーゲンが豊富。生だと硬いので、魚屋で食べやすい大きさにカットしてもらいましょう。

【料理法】煮込み・照り焼きなど

キール

尾ヒレのちょっと前にある、左右に突き出した「キール」は、薄く切って湯通しし、七味醤油や唐辛子ポン酢で食べると美味。



お肉にある赤い点や筋は？

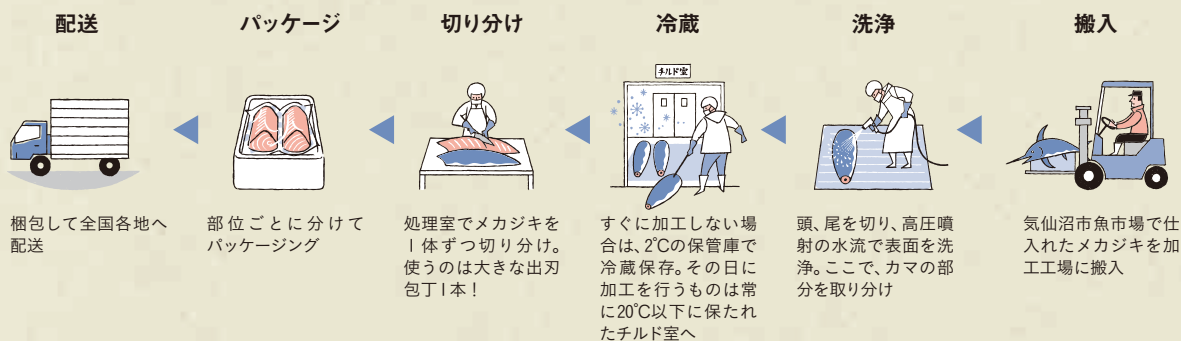
メカジキの白い身にある赤い筋や点は「血合い」です。マグロやカツオなどと同様に、この部分には鉄分が豊富に含まれています。新鮮なものであれば生臭さもなく、ねっとりと思いが強いのが特徴です。生の切り身を買う際は、なるべく鮮やかな赤色のものを選ぶといいでしょう。



骨もおいしく活用！

メカジキは、硬くて長い「中骨(人間でいう背骨)」を持っています。取り除いた後は、ただ捨てるだけに思われがちなこの部分。気仙沼では、香ばしく焼いたものからダシをとり、その独特のうま味を様々な料理に活用しています。まさにメカジキを食べ尽くす、産地ならではの工夫です。

加工～配送の流れ

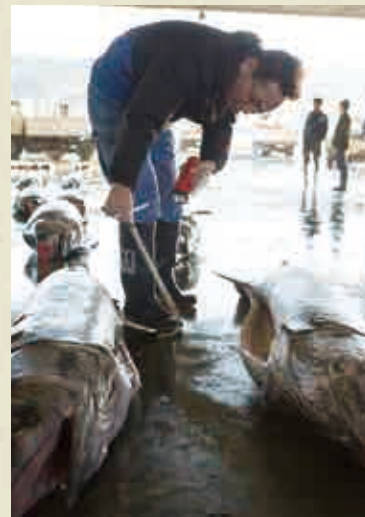


健康食材としてのメカジキ

メカジキは他の魚に比べて、血圧低下につながるカリウムや骨の成長に関わるビタミンD、抗酸化作用のあるビタミンEが豊富。また、コレステロールや中性脂肪の低下、記憶力の向上に効果があるといわれるDHA・EPAなども多く含まれます。



足利本店
足利宗洋社長



切り目を入れた尾の部分、腹の中などを入念にチェックする前田さん。魚体の大きさはメカジキのおいしさに直結せず、肝心なのは鮮度や脂のり、肉質だそう。

受け継がれる 港町の歴史

気仙沼市における発展の歴史は、海と港から切り離すことはできません。気仙沼漁港を中心とした漁業や水産加工業をはじめ、造船業などが長らく経済をうおしてきました。



昭和6年の魚町

気仙沼でカジキ類の漁獲が増加したのは、戦後、マグロ延縄漁が発展し、同じ仕掛けで様々な魚が獲れるようになってから。一尾あれば多くの人のお腹を満たすことができたため、漁船の乗組員が帰港した際、自宅や近所に持ち帰る「分けざかな」として好まれたそうです。そのため徐々に消費量も増え、多彩な家庭料理が生まれました。中骨に残った肉をスプーンなどで削いで得る中落ちを、豚肉の代わりに使った「メカカレー」は、昔を知る地元の人たちにとって懐かしい味となっています。

日本一の漁獲量を記録し続ける気仙沼が誇る「メカジキ」。そのおいしさや魅力を再発見し、これまでにない新たな展開を始めるために、多くの人たちが動き出しています。

世界を視野に 気仙沼ブランドを発信

メカジキは、気仙沼のみんなが幸せになれる食材だと考えています。ブランド化を推進し、多くの方に認知していただくことによって、生産者にとっては漁価が高まるチャンスになりますし、流通業者にとっても一年を通して循環ができる商材になります。飲食業では、気仙沼らしい食を提供する格好の素材になり、食べる方には新鮮な驚きをもっておいしさを知っていただく機会になるでしょう。メカジキに関わるみんながお互いタッグを組み、メカジキを核にして気仙沼を盛り上げる関係性が生まれることに期待しています。

これまで、気仙沼と言えば、カツオやサンマ、フカヒレでしたが、メカジキはまさに「灯台もと暗し」の食材。地元の人たちにとってなじみ深い食材で、漁獲量はナンバー1。気仙沼を語る上で、オンリーワンの魅力を持っていると確信しています。すでにヨーロッパではメジャーな食材ですから、インターナショナルに展開できる可能性も秘めています。これから、さらに発信力を高め、多くの方に知ってもらえるよう尽力してまいります。

メカジキで
街に活気を！



気仙沼商工会議所会頭
気仙沼メカジキブランド化推進委員会委員長
菅原昭彦さん



昭和20年代の気仙沼内湾

メカジキのインボルティーノ フレッシュトマトソース

【材料】1〜2人前

・メカジキ……………240g

【A】パン粉の材料

・パン粉（細引き）……………50g

・アーモンドプードル（パウダー）……………10g

・ニンニクオイル……………適量

・イタリアンパセリ……………1g

【B】ソースの材料

・トマト（生）……………1個

・バジル（生）……………2枚

・エクストラバージンオリーブオイル……………適量

・塩……………適量

・コショウ……………適量



1. 【A】をすべてフードプロセッサーにかける。

※メカジキの量が少ない場合は、パン粉・アーモンドプードル以外の材料を包丁で叩いて細かくする。

2. 【B】のトマトは湯むきして種を取り除き、包丁で細かく叩く。バジルも同様。この2つをボールに入れ、エクストラバージンオリーブオイルと塩・コショウで味を整え、ソースを作る。

3. メカジキをスライス（1枚約60g・4枚）して、上から【A】をふりかけた後、メカジキの身を巻いて楊枝または竹串でとめる。

4. フライパンでオリーブオイルを熱し、メカジキをソテーする。好みて塩・コショウする。

5. 皿に盛り付け、ソースを周りに注いでできあがり。



気仙沼メカジキも 世界ブランド人

メカジキ
「コシキ」



ステファノ・ダル・モーロさん

Stefano Dal Moro ステファノ・ダル・モーロ

「アンティカ・オステリア・デル・ポンテ 東京店」総料理長

1966年イタリア フリウリ・ヴェネツィア・ジュリア州生まれ。イタリアンシェフの巨匠エットーレ・アルツェッタ氏から教えを受けた技を、ミシュラン三ツ星のレストランを含む数々の有名店でふるう。その後、「アンティカ・オステリア・デル・ポンテミラノ本店」にて深く究め、現在は東京店の取締役総料理長に就任。ヴェネツィアをルーツとする正統派イタリアンに、斬新な感性が光るその味わいは高い評価を得ている。日本の食材への探究心も強く、全国各地を訪れて知識を高めており、気仙沼市も感銘と受けた地の一つだとか。

気仙沼メカジキを国際的なブランド食材として認知させるため、2015年1月23日に「ばっばの台所」で活用法を探るフォーラムを開催。市内の飲食や生産・加工に携わる関係者50名が集まり、会場は大盛況となりました。

このイベントで本場のイタリア料理を振る舞った一人が、「アンティカ・オステリア・デル・ポンテ東京店」の総料理長、ステファノ・ダル・モーロさん。故郷では、メカジキは大人から子どもまで幅広く親しまれている食材で、前菜やパスタ、メインディッシュなど多彩な料理に活用されているそうです。「気仙沼産のメカジキは品質がとて良かったので、特別なことは何もせずに、素材本来の味を活かしました」と話すステファノさんが作ったのは全4品。新鮮な身をマリネしたカルパッチョや、巻いてパン粉をまぶしフライパンでこんがり焼上げたインボルティーノなど、どれも魅力的なものばかり。調理のコツを聞くと、「新鮮なら生のままでもいいけど、やっぱ

オステリア・デル・ポンテ東京店」の総料理長、ステファノ・ダル・モーロさん。故郷では、メカジキは大人から子どもまで幅広く親しまれている食材で、前菜やパスタ、メインディッシュなど多彩な料理に活用されているそうです。「気仙沼産のメカジキは品質がとて良かったので、特別なことは何もせずに、素材本来の味を活かしました」と話すステファノさんが作ったのは全4品。新鮮な身をマリネしたカルパッチョや、巻いてパン粉をまぶしフライパンでこんがり焼上げたインボルティーノなど、どれも魅力的なものばかり。調理のコツを聞くと、「新鮮なら生のままでもいいけど、やっぱ



リグリルが一番かな。調理しやすく、どんなソースにもマッチしますよ」と教えてくれました。

まだ夜の明けない気仙沼市魚市場を訪れ、その活気に驚いたというステファノさん。一流の料理の技で、気仙沼メカジキが世界で躍進する可能性を確かに示してくれました。

気仙沼ならではの味を伝える水産加工業「斉吉商店」。その味の根っこにあるのは、70歳を超えて元気なばっば（おばあさん）の斉藤貞子さんの手料理です。「普通のばあさんが作る家庭料理だから」と謙遜しながら出された献立のどれもが、日々台所で繰り返されるお母さんの知恵と工夫、おもてなしの心にあふれています。

この日、特別にメカジキを使った料理をオーダーしたところ、「メカジキのカマ煮」と「メカジキのお刺身」を振る舞ってくれました。前日から、丹念に味を染みこませたカマは、皮まで



ばっばの台所
気仙沼市本郷 6-11
斉吉商店 2 階
TEL.0226-22-0669
詳しくはホームページをご確認ください
<http://www.saikichi-pro.jp/bappa/>
※2日前までの予約制、4名から受付。

祝いの席などに出すこともあるとか。「メカジキは、漁師から分けてもらう『えびす魚』。大漁と一緒に喜ぶ海の幸で、まさに気仙沼らしい魚だと思うから、もっと多くの人にこの味を知ってもらいたいですね」と話してくれました。



ばっばが教える メカジキの味



斉藤貞子さん

メカジキのカマ煮

【材料】4人前

・メカジキのカマ……………約1kg

・水……………600cc

・酒……………50cc

・醤油……………100cc

・みりん……………30cc

・砂糖……………大さじ1

・生姜（薄切り）……………ひとかけ

・鷹の爪……………お好みで1本分

※砂糖、醤油の加減はお好みで調整してください。



1. カマを4つに切る。（厚めのしっかりとした刃包丁で切ること。無い場合は、魚屋で切り分けてもらうのもおすすめ）
2. 切り分けたカマに塩を少々つけてこする。約1分置いたら、水洗いする。
3. 鍋にカマをいれ、カマがひたらくらいの熱湯（材料分量外）を注ぎ、1〜2分茹でる。茹で終わったら、その湯は捨てる。
4. 鍋に材料を全て入れて火にかけ、落しぶたをして約30分間。最初は中火、煮たってきたら弱火にして煮込む。
5. 一度、火を止める。冷めて落ち着いたら、再度、火を入れる。
6. 好みの濃さになるまで5を繰り返す、完成。（煮立つくらいを目安に火を止める。冷める時に味が染みこむので、味の好みは回数で調整を）

※カマを切り身に変えても美味しく出来ます。

おいしく、
味わい深く

メカジキのおいしさをより多くの人たちに知ってもらうため、気仙沼の料理人たちが、新たなメニューづくりに取り組みました。そのなかでも、現在人気のメニュー2品をご紹介します。

その醍醐味を楽しめるのは、10〜3月の「冬メカ」のみ。そのおいしさをダイレクトに感じる料理ゆえに、肉質の良さが決め手なのだと、「気仙沼新富寿し」親方の鈴木真和さんは語ります。煮立ったダシに薄造りの身を潜らせるのは、ほんの数回が限度。細やかな繊維が浮き立ち、余分な脂も洗い落とされます。水菜や人参の千切りなどを適量巻き、酸味穏やかなポン酢をつけて味わうと、まるで上質な豚肉のような味わい。シャキシャキとした野菜の歯ざわりが、その質感を際立たせます。

そんな繊細な味わいにふさわしいのは、角星の「水鳥記 特別純米」でしょう。

ほどよい酸味と甘み、透明

感ある飲み口が、この料

理が特別なものだと

教えてく

れます。



「新富寿し」親方 鈴木真和さん

気仙沼メカしゃぶを食べられるお店

- 気仙沼 新富寿し
気仙沼市東新城1-13-3
TEL.0226-23-7475
- 唐や
気仙沼市上田中1-8-4
TEL.0226-24-1525
- 旬の味 こうだい
気仙沼市南町1-1-9
TEL.0226-24-8337
- すし処鮎智
気仙沼市田中前4-3-4
TEL.0226-24-9220
- 星岡義山亭
気仙沼市田谷16-21
TEL.0226-24-8810
- 宮登
気仙沼市田中前1-5-2
TEL.0120-66-0285
- 鮎処 えんどう
気仙沼市本吉町津谷新明戸200
TEL.0226-42-3351
- おだづまっこ
気仙沼市田中前4-2-1
福幸小町田中通り104
TEL.0226-24-0205
- カネト水産
気仙沼市魚市場前7-13
TEL.0226-25-8535
- ゆう寿司 バイパス店
気仙沼市赤岩石兜32-14
0226-22-2263
- 楽膳
気仙沼市田谷20-5 ムラカミビル2F
TEL.0226-24-5456



気仙沼メカすきを食べられるお店

- 唐や
気仙沼市上田中1-8-4
TEL.0226-24-1525
- 旬の味 こうだい
気仙沼市南町1-1-9
TEL.0226-24-8337
- 星岡義山亭
気仙沼市田谷16-21
TEL.0226-24-8810
- 宮登
気仙沼市田中前1-5-2
TEL.0120-66-0285
- 鮎処 えんどう
気仙沼市本吉町津谷新明戸200
TEL.0226-42-3351
- 楽膳
気仙沼市田谷20-5 ムラカミビル2F
TEL.0226-24-5456



タレが染みた厚切りの身をほおばる贅沢

メカすき

「唐や」のメカすき(1人前3,200円)。甘じょっぱい割下に加え、キノコ類などの風味もメカジキの身に移り、より奥深い味わいに仕上がっています。

「魚の身を使ったすき焼きはいろいろあるけど、メカジキが一番おいしいよ」と評するのは、「唐や」店主の吉田ケイイチさん。老舗割烹で腕をふるった経験を持ち、日本料理の技を凝らしながら、地元ならではの味覚でもてなす店主は、メカジキの肉質と上品な脂のりを計算しながら、具だくさんのすき焼き鍋を作りました。やや濃いめで甘辛い割下(わりした)が煮立ち、メカジキの白い身を染め上げるようになったら食べ頃のサイン。生卵にたっぷりからめて口に運べば、豊かな旨みと香りがこの上ない満足感で満たします。

冬メカのみを使う「新富寿し」のメカしゃぶ(1人前1,080円)。身の新鮮さにより、上質な和牛のような味わいの血合いの部位も提供しています。



KESENNUMA MEKA MARCHE

メカジキブルーの
デニムが誕生!?

SWORDFISH FIBER MIXED DENIM (24,800円)

メカジキの卵が
デニムになったオйкаワデニム
及川洋さん

開発のヒントをくれた
地元漁師をはじめ、港
町の人々にこそ似合う
デニムを、と今後のブ
ランド展開を模索して
いる及川さん



オйкаワデニム

TEL.0226-42-3911

■SHIRO 0.8.1.9 <http://www.shiro0819.jp/>■studio zero denim <http://www.zerodenim.com/>

本吉地区で、高い縫製技術と
オリジナリティあふれる商品ラ
インナップで人気が高まってい
る「オйкаワデニム」。2015
年秋に発表した新作は、これま
でにない素材を使用し、アパレ
ル業界で大いに話題に。
その素材というのが、何とメ
カジキの吻(ふん)！ 常務の
及川洋さんが、避難してきた地
元漁師から吻の廃棄について聞
いた話が、開発の出発点になっ
たそうです。有名デニムメー
カーで素材の研究にたずさわっ
ていた及川さんは、世界的に生

産が減少しつつある綿の繊維
に、粉碎したメカジキの吻の粒
子を混合させるアイデアを発
案。試行錯誤を繰り返した末、
納得のいくデニム素材を作り上
げることに成功しました。
オーガニックコットンを
ベースに、肌触りも抜群。タグ
には、メカジキのイラストを
あしらいました。首都圏のデ
パートで販売をスタートし、
順次ホームページでの販売も
取り扱う予定。及川さんは、「人
の出会いが生んだ素材です」
と話してくれました。

メカジキかまろ煮
(150g・626円)

気仙沼生まれのお魚ブランド「Mermaid Style」のラ
インナップ商品。旬の時期に獲れたメカジキのカマ
を、懐かしい味わいの煮付けにして缶詰に。皮までと
ろけるようにやわらかく煮込んでいます。

【阿部長商店】

販売場所／観洋サービス 海の市

気仙沼お魚いちば

販売サイト／マーメイドスタイルオンライン

<http://ecsite.mermaid-st.com/>メカジキの地中海風スープ
(200g・540円)

三陸に拠点を置く4社が立ち上げた共同開発ブラン
ド「madehni(まで〜に)」のアイテム。メカジキを使っ
たサフラン仕立てのスープで、焼いたメカジキの中
骨と香味野菜、鶏ガラから煮出しました。

【オノデラコーポレーション】

※賞味期限：製造日より6ヵ月

※冷凍(-18℃以下)で保存してください。

販売場所／アンカーコーヒー&バル 田中前店

販売サイト／ANCHOR COFFEE / FULLSAIL COFFEE

<http://anchor2fullsail.shop-pro.jp/>気仙沼産メカジキの地中海風煮込み
(160g・680円)

三菱地所の食の復興支援活動「Rebirth 東北フードプ
ロジェクト」により、「アンティカ・オーストラリア・デル・ポ
ンテ東京店」総料理長と「リストランテ・ダ・ルイジ」
オーナーシェフが手がけた缶詰。南イタリア定番の味
わいが詰まっています。【石渡商店】

販売サイト／ふかひれの石渡商店

<http://www.ishiwatashoten.co.jp>メカジキメンチコロッケ
(約60g ※値段は店舗によって異なります)

気仙沼船籍の遠洋マグロ延縄漁船が荒波のなかで
漁獲した、脂のり抜群のメカジキの身を活用。サク
サクの衣の中には、玉ねぎなどと一緒にメカジキの
ほぐし身がたっぷりと使われています。気仙沼では
学校給食にも使用されています。【臼福本店】

販売場所／北かつまぐろ屋 田中前店、

デリーポート新鮮館気仙沼店

紹介サイト／気仙沼の魚を学校給食に普及させる会

<http://kesennumanosakana.jp/>めかじき佃煮
(150g・540円)

気仙沼で培われた佃煮の食文化を今に伝えるお
店の看板商品の一つ。丁寧にほぐした身を甘
じょっぱく味付けしたご飯のおともで、おにぎりの
具にも最適。酒の肴としても楽しめるでしょう。
【モリヤ】

販売場所／気仙沼 海の市「気仙沼四季 伊八郎」

気仙沼お魚いちば

地域とともに歩いていく 気仙沼メカジキの未来。



気仙沼の港に
ふたたび
元氣と賑わいを
取り戻すために。

漁師の仕事は、実に過酷なもの。港を出港すると、近海船は1週間、遠洋船は1ヵ月以上、長くて1年も海の上で過ごさなければいけません。荒天で大きく船が揺れたり、波をかぶったりすることもあるでしょう。メカジキのような大型の魚を相手にすれば、それだけ危険性も高くなります。だから、出港を見送る気仙沼の人たちは、航海の安全と大漁を祈りながら、腕がちぎれんばかりに手を振るのです。

出漁する船を乗組員の家族や友人、船主、関係者が航海の安全と大漁を願って見送る伝統的な行事「出船送り」。気仙沼の港にまた活気を取り戻すため、一般の人たちも見送りに参加できるようにしたのが気仙沼つばき会です。「だって、漁師さんは気仙沼のヒーローですから」と、メン

バーの小野寺紀子さんは語ります。

漁業が盛んな気仙沼ですが、近年では漁師の高齢化と後継者不足が問題となっています。震災の傷もまだ完全には癒えてはいません。けれども、地元を大切に思い、復興を信じるたくさんの人たちが、気仙沼漁師たちの背中を押しています。そして、これまで食べ継がれてきたメカジキの食文化も、地域の人々の応援によって支えられているのです。

みんなが食べたい気仙沼メカジキに。

気仙沼の基幹産業である水産業は、東日本大震災で大きな痛手を受けましたが、徐々に復興のさざしを見せています。しかし、近年における漁業の人手不足、漁船の減少などの問題により、以前のような盛況を取り戻せてはいません。気仙沼の漁業を盛り上げるためには、地元の水産物のおいしさを広めることが大切だと考え、気仙沼の主要魚種でありながら、いまだ多くに知られざる「メカジキ」のブランド化に着手しました。地域に愛される味覚であり、大きな可能性を秘めた気仙沼メカジキ。カツオやサンマと並ぶ気仙沼のトップブランドの一つとして魅力を発信し、観光客のみならず料理に携わる人たちの関心も集めて、メカジキのおいしさから「食の街 気仙沼」をアピールしていきます。