

新鮮な魚介類をジュージューと豪快に！



# 石焼き

対馬市

Nagasaki's  
Local  
Cuisine



長崎最大の離島、対馬。この島の名物は新鮮な海や山の幸を石の上で焼いて食べる「石焼き」。対馬近海は暖流と寒流がぶつかる好漁場で、豊かな海の幸に恵まれている。この旬の魚介類や季節の野菜を、石英斑岩という自然石で焼くのが石焼きだ。

島で百年以上続く「志まもと」の女将・島本美穂子さんは「対馬には石屋根、若田石硯など石の文化が根付いています。自然石で魚介類を焼くのも、対馬らしいでしょう」と話す。石焼き

はもともと美津島町根緒地区の漁師や海女が漁の後に体を温めるためのたき火で熱した石で、釣った魚を焼いて食べていたことに由来するという。それが今では島の「おもてなし料理」として定着した。

この日用意していただいたのは、寒ブリ、マカジキ、ヒオウギ貝などの旬の魚介類をはじめ、対馬名物のアナゴや原木シイタケなど。さっそく、これらの食材を特製のだしに付けて、高温に熱された石の上に並べる。途端、

ジュージューとおいしそうな音が鳴り、香ばしい湯気が立ち上る。まずは寒ブリ。「刺身でも食べられるくらい新鮮ですから、レアでいただくのがおすすめですよ。お好みでポン酢やゴマダレを付けて召し上がってくださいね」と島本さん。アドバイス通りレアでい

の味は格段にその上をゆく。口の中で身がほどけるようなふんわりとしたアナゴや、通好みのアナゴの肝、肉厚で風味豊かな原木シイタケと、どれも食べても非の打ち所のない美味であった。

対馬西沖で取れるアナゴは、肉厚で流の料理人をも唸らせる。刺身はもちろんフライや卵巻など、さまざまに料理で楽しめる。

江戸時代から、保存食として伝わる郷土料理「ろくべえ」。サツマイモを発酵させ、何か月もかけてデンプンと繊維だけを取り出したものから作る麺が特徴。素材で、こか懐かしい味。

長崎の郷土料理

イカの卵巣は、対馬では「イカの子」と呼ばれる。アツとした食感と濃厚な味わい、お酒にもよく合う。

