

白神

の恵み

を食す

白神の山々は

鮮烈な水を生む。

その水あってこそ育まれる

津軽ならではの食材がある。

弘前を皮切りに

森と海、川の豊穰ほうじょうを

味わおう。

撮影／鶴田孝介

森が育む豊かな海の幸

店頭に「白神の魚」の大きなのれんを掲げた飲食店が、弘前市に何軒もある。「白神の魚」って何だろう。白神は山だから、そこで取れる魚なら岩木川や赤石川の川魚か？

「もちろんそれも含まれますが、深浦や鰯あしがさわヶ沢など津軽西海岸で揚がる魚介や海藻類が中心です」と木村慎一さん。白神の魚普及実行委員会の事務局を運営している。

「それを浜値より1割ほど高く仕入れて『白神の魚』のブランド名で、主に市内の飲食店の食材として取り扱ってもらっているんです」

だがさて、なぜ「白神の魚」ブランドを立ち上げたのか。

木村さんによれば、白神山地から川や地下水として海に運ばれる水は、豊富な養分を含む。その水がプランクトンの発生を助けるなど海を豊かにし、肉質の良いおいしい魚を育むのだと言う。



上／脂がのったマゾイ。
右／週2回、風合瀬(かさせ)漁港から白神の魚を仕入れている藤本さん。季節ごとに旬の魚をそろえ、お客さまに喜ばれている。

【藤本鮮魚店】
☎0172・36・0386
☒JR「弘前駅」から徒歩約15分



下／コラーゲンたっぷりで鍋物向きというホテイウオ。



上／「白神の魚」ブランドを立ち上げた木村慎一さん。「魚を浜値より高く仕入れるのは、漁業者に利益を還元するため」と言う。「共生」もプロジェクトのキーワード。



タラのアクアパッツァ。白子も添えられ、濃厚な味。魚は季節によって変わる。
 【Point Rouge (ポワンルージュ)】
 ☎0172・35・3564(要予約)
 ㊤JR「弘前駅」から徒歩約16分

白神の魚

豊かな海で育った

白神の魚

「昔は、弘前藩主の食卓にもものぼっていたんですけどね」
 現代では流通の経路・形態が変わり、西海岸の魚が弘前に入りにくくなった。そこで、弘前と主に深浦などの地域連携で、2013年にスタートしたのが「白神の魚」だ。現在17店が提供している。
 取扱店の「津軽郷土料理の店あば」の料理長、松田秀夫さんとイタリアンレストラン「ポワンルージュ」のオーナーシェフ、猪股誠治さんは「朝どれの新鮮さはもちろんだけれど、魚種の豊富さがいい」と口をそろえる。また、猪股さんはこうも言う。
 「弘前は飲食店が多く、千人当たりの店数は仙台より上です。味にうるさい人もたくさんいます」



左／魚も野菜も鮮度が命。できるだけ地元の食材を使う。そのほうが調理するのが楽しい、と言う「ポワンルージュ」の猪股さん。

右／白神山地で栽培されているマイタケとセリのパスタ。ほぐした生タラコのしょうゆ漬けがあしらわれている。これがまたうまい。



地元では「たつ」と呼ぶタラの白子の天ぷら。冬の味覚。



「白神の魚は刺し身で出すことが多い」と言う津軽郷土料理の店 あば。



【津軽郷土料理の店 あば】
☎0172・34・8570
☒JR「弘前駅」から徒歩約9分

つまり、そのうるさ方を相手にしてきた料理人たちと、朝どれで新鮮な西海岸の魚とのマッチングが「白神の魚」プロジェクトなのだ。

取扱店中で唯一の鮮魚店である「藤本鮮魚店」へ行くと、クロメバルにカサゴ、ホウボウ、アイナメなど、ピチピチの魚が並んでいた。

「4月ごろはタイやサクラマスがおいしい」と店主の藤本久さん。

4月といえば、下旬に弘前さくらまつりがあるではないか。「白神の魚」、こののれんは見逃せない。

山の村からの逸品が並ぶ

白神山地の玄関口、西目屋村にある道の駅「津軽白神」(ビーチにしめや)。(ここでは、この地域の伝統的な食と出合える。

そのひとつが「目屋豆腐」だ。

「村内の砂子瀬・川原平地区の各家庭で、昔から水が冷たい冬場につくられていた豆腐です」とは同施設を運営するブナの里白神公社事務局長の角田克彦さん。

「にがりを使う伝統的な製法で、一般の豆腐より硬くて、地元ではそれを例えて『縄でくくっても崩れない』

切られて冷水中に放たれた目屋豆腐。見るからにどっしりとした量感があるしっかりとした豆腐だ。



い」と言います。大豆は100%西目屋産。風味は濃厚です」

砂子瀬・川原平はマタギの里でもあったところ。津軽ダムの建設で両集落の住民は他所へ移転。つくる家はごくわずかになった。それを惜しんでビーチにしめやでは2012年から試作を重ね、2年がかりで商品化した。

1日120丁の限定販売で、5月までの期間限定だ。日によっては、



瓶詰は山菜の水煮。乾物はゼンマイとワラビ。



道の駅「津軽白神」の店頭に並ぶ目屋豆腐。見る間に売れる人気商品。

目屋豆腐

白神の水あつての
目屋豆腐

【道の駅「津軽白神」(ビーチにしめや)】☎0172・85・2855 ☒JR「弘前駅」から車で約30分



さまざまな種類の山菜やキノコがたっぷり載った道の駅「津軽白神」の山菜きのこそば。

店頭に並ぶとすぐに売り切れてしまうほどの人気商品となっている。

もうひとつの名物は、白神そばだ。大秋・白沢地区で栽培されたそばの実を、熱で風味が飛ばないように石臼びきでそば粉にする。同地区は「寒暖の差が大きい山あいの気候がそばの栽培に合っていて、おいしいそばが実る」のだと言う。

白神そばは、館内のレストラン「森のドア」でも提供している。十割そばもあり、天ぷらそばの具は、山菜の季節になると天然ものが使われる。山菜の乾物や水煮もあるが、これも季節になると天然ものも農産物直売コーナーに並ぶ。

豆腐もソバも、水の良さが味を引き立てる。ブナの森の恵み、西目屋ならではの味覚を、道の駅で手軽に味わえるのがうれしい。

白神そば

山あいの気候が

うまいソバを育てる

これも地元産100%のそばの実で蒸留されたそば焼酎。商品名は白神の名勝「暗門の滝」からの命名。(道の駅「津軽白神」)



西目屋村産100%の「白神そば粉」。麺打ちした生そばも販売している。(道の駅「津軽白神」)



不思議珍し金色のアユ

津軽のシンボル岩木山の麓に鎮座する岩木山神社。その周辺、弘前市百沢地区に7軒の温泉宿が点在し、百沢温泉郷と称している。冬はスキー客、夏は登山やトレッキング客によく利用されるという。

そのうちの1軒、岩木山神社参道の前にある「温泉旅館 中野」では、夕食に珍しい金色のアユが供

岩木山神社の目の前にある百沢温泉郷の宿は、それぞれに源泉を持つ。だから「温泉旅館 中野」の湯も源泉かけ流し。確かに湯冷め知らずの湯だ。
【温泉旅館 中野】
☎0172・83・2345
📍JR「弘前駅」から車で約30分



赤石川の金鮎

金色のアユが泳ぐ

宝物の川

される。「赤石川の金鮎」と呼ばれるその名の通り、白神山地を源流とし、鱒ヶ沢で日本海に注ぐ赤石川で取れる鮎だ。

「理由はよくわかっていないのですが、ふつうのアユより体色の黄色みが濃いです」と同旅館の代表、中野邦夫さんは言う。

一説には、赤石川の水に含まれる黄鉄鉱の成分によるのではないかともしられる。白神の尾太鉱山は高度経済成長期、黄鉄鉱や黄銅鉱などを産出していた。何か関係

があるのだろうか。そういえば、百沢の湯も、ほんの少し赤みがかったり。

「鉄分を含んでいるからですが、そのせいで湯上がりの保温性が良く『熱の湯』と呼ばれています」

料理は、金鮎のほかにも地ものがふんだんに使われている。県産の魚に白神産のマイタケ、嶽地区のワサビ、鱒ヶ沢の長谷川自然牧場の「自然熟成豚」、ご飯は青森のブランド米「青天の霹靂」、そして白神そばときた。津軽づくしだ。

体色の濃い赤石川のアユ。なるほどこれは「金鮎」だ。風味もうるわしい。釣り人にも珍重され、シーズンになると全国各地からアユ釣り人が訪れるという。

「4月からは山菜のシーズンですね。バツケ(フキノトウ)、コゴミに始まって、セリ、ウド、タラノメ、コシアブラ、ネマガリタケ……」

まるで幕内力士のそろい踏みだ。「春から夏は天然の食材が次々に出てくるので、つくるほうも楽しい。最高の季節です」と言われては、訪れないわけにはいきませんまい。



「温泉旅館 中野」の白山山地の食材を使った料理。左/「山菜の天ぷら」。山菜はやはり天ぷらに尽きる。天然物のピークシーズンは5月から6月。時季によってさまざまな山菜の滋味豊かな味が楽しめる。中/「キノコの一升漬け」。津軽の一升漬けは、古くから栽培されてきた青唐辛子の辛みが特徴。右/「ウドの水物」。ほんのりとした苦みと香りがいい。季節には風味の強い山ウドが使われる。なお、仕入れによって食材は変わる。



山の湧き水で醸される酒

白神の水の恵みを食べ歩く。となれば、日本酒も外せない。鱈ヶ沢でただ1軒の酒蔵、尾崎酒造を訪ねる。この蔵に「白神のしずく」という清楚な名のある酒があるのだ。

「先代が30年前につくった酒です。ブナの葉からこぼれる水滴をイメージして名付けたのだと思います」と同社代表取締役の尾崎大さんが言う。14代目の蔵元である。

そうか。「白神のしずく」は、白山山地が世界遺産に登録された年に生まれたわけだ。しかもこの酒、同社の銘柄では最上級の純米大吟醸。何だかめでたい気持ちになる。

同社の主力銘柄は、特別純米酒の「安東水軍」。口あたりが良く、さわやかな香りがあり、ほんの少し

白神のしずく

白神の水が生む

口あたりのよい酒

辛口に仕立てられ、魚介類の料理によく合う。小さな蔵だから醸造量は多くないが、日本酒党には人気の酒だ。

仕込み水は？と尋ねると尾崎さん。窓越しに裏山の崖を指さし「あそこから出る湧き水をろ過して使っています」と言う。

「とてもやわらかい水で、飲むと甘く感じるほどです。当社の酒の口あたりの良さは、この水のおかげ。本当にありがたいと思います」

さて「白神のしずく」。まろやかな酒だ。のど越しはさわやかだが、コクがあり、淡く穏やかな吟醸香を残す。「水のおかげ」という尾崎さんの言葉が伝わってくる。

白神の水の恵みを訪ねる旅。それは津軽が擁する山野川海の豊か



尾崎酒造が醸す銘柄のうち3種。中央が最上級の純米大吟醸「白神のしずく」。

【尾崎酒造】
☎0173-72-2029
☒JR「鱈ヶ沢駅」から車で約4分



さと、食の文化を知る良い機会になった。それらは白山山地をはじめとする、広大な森林が蓄え、湧き出る水に支えられているのだ。

かつてはひとくくりに「雑木」の山とされた白神。しかし、昔も今もたくさんのお土産を、私たちにもたらしている。訪れるだけで、その生気に元気づけられる。