



# 赤ずし

お盆を彩る風物詩

赤シソの赤紫色が、もち米のご飯を鮮やかに染める赤ずし。口の中に広がるシソの爽やかな香りと酢のほのかな酸味は、暑い夏向きさっぱりとした味わいだ。

赤ずしは本県の県北を中心に、県央、県南の一部地域に受け継がれる郷土料理で、地域や家庭ごとに「赤漬け」「盆ずし」「赤まま」「赤もの」「けいとまま」「ままずし」などとも言う。お盆には先祖供養の料理として、墓前や盆棚(精霊棚)に供えるほか、家族で食べたり、来客に振る舞ったりする。「昔の人は、お盆が近づくと『赤ずし作らねばね』とよく言ったものです」と話すのは、能代市の農産物直売所「みょうが館」で手作りの赤ずしを販売している佐々木初江さん。みょうが館では、ふるさとの味として通年で販売。毎年お盆前3日間



左から農産物直売所みょうが館で赤ずしを販売する佐々木初江さん、戸松イサ子さん、鶴木初子さん

## ご飯が主役のすし

材料は、赤シソ、もち米、塩、酢、砂糖。これらを桶に何層か重ね入れ、重しをして3日ほど置いて味をなじませる。赤ずしは全国でも珍しい、ご飯が主役のなれずしだ。

能代市の鶴木初子さんは、もち米も赤シソも自家栽培。毎年7月に、一年使う分のシソを大量に収穫し、洗って塩もみをした後、塩と酢を入れて保存して使う。「シソは鮮やかな色を出すために品種選びから保存法まで何年も試行錯誤しました。赤ずしは簡単なようで奥が深くて難しい」と鶴木さん。材料もレシピも味も作り手によってさまざま。それぞれが研究を重ねてたどり着く、美しい色と素朴な味が食卓を彩る。

## ご飯にのせておかずにも

能代で赤ずしの取材を進める中、気になったことがある。「赤ずしとは何か?」と問うと、多くの人が「うーん」と考え込む。「漬物のような、おかずのような。でも砂糖をたっぷりかけて食べる人もいるから、その場合はおやつ? お茶請け? うーん」といった具合だ。食べ方は人によってさまざまのようだ。漬物感覚でそのまま食べる派、砂糖をかける派のほか、ご飯のせておかずとして食べる人やお酒のおつまみにする人も。鶴木さんは「わさびじょうゆをかけるのがおすすめ」と話す。また、お盆に限らず正月料理に添えて新年を祝う家庭もある。いろいろな食べ方を試してお好みの味を見つけてみては。

## 赤ずし作りの大まかな流れ

赤ずしの材料、分量、作り方は、作り手によってさまざま。ここでは、基本となる作り方の大まかな流れを紹介します。材料、分量は、お好みでどうぞ。

【材料】もち米、赤シソの葉、塩、酢、砂糖

砂糖は使わないという人も。酢も、米酢、らっきょう酢、梅酢、すし酢など作り手によって使う種類はさまざま。具にきゅうり漬けやミョウガを加える地域もある。

1 週間の準備

- 《赤シソの色出し》
- 1 葉をよく洗う。
  - 2 少量の塩でもみ、黒い汁が出たら捨てる。黒い汁が出なくなるまで繰り返す。
  - 3 塩と酢を加えて1週間程度冷蔵庫に入れ、なじませる。

色出した赤シソをたっぷり使うと、色と風味がよく仕上がる。

清け込み

- 《もち米を炊く》
- 1 米を洗い、塩少々を加えて少し軟らかめに炊く。
  - 2 炊き上がったら、人肌程度に冷ます。

- 《漬ける》
- 1 漬物用の容器(桶)の底に、色出した赤シソを敷き詰める。
  - 2 ①の上に、炊いたもち米を重ねる。その上に赤シソをのせ、もち米→赤シソ→もち米と層を重ねていく。
  - 3 重しをして、常温で3日ほど置いて発酵させる。
  - 4 3日後、味がなじんだら取り分けて完成。



アドバイス/鶴木初子さん



鶴木さんに漬け込みの作業を見せてもらった。塩もみして色を出した赤シソ、炊いたもち米を漬物用容器に交互に重ねていく



何層か重ねたら、重しをする。涼しい場所に3日ほど置いて味をなじませる



色鮮やかに仕上がった赤ずし

## 赤ずしマメ知識

### 昔は、じっくり自然発酵

昔は漬けた赤ずしを暗く涼しい場所に1週間ほど置き、じっくり自然発酵させて作った。酢を使わず、きゅうりの古漬けを入れて発酵させて酸味を出す家庭もあった。

### なぜ「けいとまま」?

赤ずしの別称「けいとまま」。その語源は、赤シソの鮮やかな赤紫色がしみたご飯が、「ケイトウ(鶏頭)」という花の色に似ているからとか。



### 【赤ずしが買える店】

JAあきた白神農産物直売所 フレッシュ野菜みょうが館  
能代市字中関33-1 TEL.0185-58-3005  
(営業時間)9:00~18:00 (定休日)無休(年始を除く)  
赤ずしを一年通して販売するほか、クール便による地方発送も受け付けている(送料等詳細は電話にて確認を)。



【参考文献】『日本の食生活全集 秋田』編集委員会『聞き書 秋田の食事』(農山漁村文化協会)