

今年もあゆフェスやります！

SHIMANTO NISHITOSA

ぜんぶ
てんねん
あゆ！！

あゆフェス

第2回



会場：道の駅よって西土佐
高知県四万十市西土佐江川崎2410-3
電話：0880-52-1398

10:00~14:00



すべて
100食限定
売り切れごめん

景品が当たる！
鮎クイズ！
先着100名

四万十川や鮎の
鮎展示
四万十市立図書館西土佐分館

鮎情報
PRコーナー

塩焼きだけじゃない

しまんと西土佐あゆフェス～鮎は塩焼きだけじゃない～
※出品される鮎料理は変更になる場合があります。令和6年度四万十市西土佐商工会地域活性化事業



鮎漁

特集

7月1日より鮎完全解禁！



投げ網漁

刺し網や袋網と言われる網を、着水時に弧を描くように投げ、鮎を追い込みます。網の投げ方も様々で、両手で投げたり、片手で投げたりフォームも多岐にわたります。網の目は節として表現し、数字の大きい方が細かい網目となり、鮎の大きさや時期によって節を変えます。

(7月1日～組合員もしくは要遊漁券)

火振り漁

(許可制)



古くから四万十川で夜に行われる許可制の漁で、刺し網を川に沈め、川船の上から火を振り、鮎を驚かせて網にかける漁法。網にたくさんの鮎がかかっている様子は圧巻です！お盆の頃から10/15の禁漁日にかけて多く行われ1艘あたり数10kg獲れることもあります。1人で行う場合もありますが、グループで行うことが多いです。

(7月1日～※鮎市場での受け取りは7月15日～)

71



2024年6月号

道の駅よって西土佐は4月～11月末まで全館無休

西土佐の地食 37 中協裕美

今、の食をどう食べている昔昔は、どうだったか。思い出すようにも、なかなか思い出せない。毎日毎日食べていたはずなのに、これからは少しずつ食材ごとに思い返してみようと思う。

特殊な調味料はなかった。醤油、砂糖、塩、味噌、酒、酢。みりんは、ほとんど沸かし冷まし、の級の酒だった。そこからは、生活の変化を感じとれる。

おきゃくの盛んだった頃、酒の沸かし冷ましは料理へ。各家庭に常備されていた。

鮎の甘露煮は、酒が水気。調味料を合わせ弱火で煮詰めてゆく。そういう料理も多かった。

シンプルな食材で、シンプルに料理。素材の生きた旬を食べた。

昔、昔、皆さんも思い出したら教えてくださいな。せひ！！



昔昔

ゆみさん

地食料理研究家
中協裕美

西土佐の食材に合う世界のワイン販売中！

チーズやフルーツにもあいます

今回紹介するワインはよって西土佐とフレンドシップを結んでいるイタリア エミリアローマニャ州のメディチエルメーテさんが作っている、ランブルスコ Qing です。

こちらのワインは、日本BBQ協会さんとBBQ乾杯用のワインとしてコラボレーションしており、微発泡の赤ワインならではのすっきりとした飲み口がBBQによく合います。

◎今月オススメのワイン
ランブルスコ Qing
【イタリア/メディチエルメーテ】 1,400円



赤泡

◎今月オススメのワイン

ランブルスコ Qing

【イタリア/メディチエルメーテ】

1,400円

しゅーへい

生産者さんに
よって
みた！

きくちゃん

88歳

【西土佐中家地区】
井上シズコさん



85歳



駅長・林大介の
本日快晴

雨の多い季節になりましたが、晴れて日差しがあると真夏の様に暑いですね。

6月といえば、鮎の解禁です。今年も例年通り獲れたら嬉しいですね。そして、9日の日曜日には『あゆフェス』を行います！定番の鮎の塩焼き、鮎フライをはじめ、地域の方々にも考案していただいた鮎を使ったオリジナルメニューを100食限定で販売します。是非食べてみてください。

さて、水々しい市場にも6月らしい野菜が出てきている所ですが、今年は少し気候の影響を受けているように感じます。梅の実が非常に少なく、玉ねぎも例年より少なう状況です。出荷者の皆さんの手でお持ちの方がいましたら是非出荷をお願いします。

今月もスタッフ一同、梅雨に負けず元気に頑張っていますので、よろしくお願ひいたします。

TO YOU

駅長



茶葉のコーナー

その他、四万十市で育てられた生薑を使った紅茶のティーバッグや、近隣の市町村(四万十町・津野町・愛媛県松野町)で採れた茶葉も置いてあります。その土地特有の味がしておもしろいですよ。まだ飲んでいただく方はぜひ一度試してみてください。



みなさんは、普段飲むお茶の茶葉はどこで購入しているでしょうか？私はマイボトルを購入してからというものが、遊びに行った土地の茶葉を買い集めるのが趣味になり、休日遊びに行くとはいらぬような茶葉を買い集めて飲んでみます。

この時期だけのメニューです。是非「賞味下」をね。

釣り鮎解禁

今年もはじまるぞ

市場長 みつちゃん

6月 土日のみ 数量限定

鮎の天ぷら 1匹 500円



「本日の気まぐれパスタ」

◎今月のおすすめ



料理長 タニモトさん

850円



※提供していただく曜日が異なります。予めご了承ください。

今回は期間限定の「パスタ」のご紹介です。この日も「本日の気まぐれパスタ」です。

スイーツ ビュッフェ



おやまの ストローベール SANKANYA

ゆめちゃん

2024年も残すところあと半年となりました。これから夏が本格化した季節になり暑く日が多くなるので、体調管理に気を付けていきましょうね。ストローベール Sankanya では毎月一回ケーキバイキングをしていますが、今はスイーツビュッフェに名前が変わっているのは知っていましたが、(中身は一緒w)数種類のミニケーキにスイートポテトやぜんざいなど、たくさんのおスイーツの他に、なんとサラッとした山間米のおむすびまであります。ぜひまた「コーヒーやゆずドリンク」もおすすめです。食へ過ぎ注意で、たくさん食べてください。ね☆

毎月5日から店頭、TELにてご予約を受付けています。インスタグラムやフェイスブックで告知をしていますので、ご確認ください。予約には人数制限があり、お断りする場合もございますのでご了承ください。

BBQしよ!

西土佐食材編⑦ きゅうりとエビのアペタイザー

今回のBBQしよは、夏場の「焼ける前の1品」にオススメのアペタイザーです。BBQをするときには食材が焼けるまでに、ゲストが簡単につまめるピンチョスやオープンサンドを食べてもらいます。このメニューはバゲットの代わりにきゅうりを使い、見た目も涼しい一品を紹介します。

- ①きゅうりの皮を剥ぎ、1cm幅で輪切りにする。
- ②アボカドの皮と種を取り、スプーンなどでつぶしペースト状にする。塩コショウとレモン汁で好みの味に調節する。
- ③エビは殻を剥ぎ、背ワタを取ってBBQ RUBを振る。(チリペッパーを足してピリ辛にしてもおいしいです。)
- ④エビをBBQ串(スキュア)に刺し、中までしっかり焼く。
- ⑤きゅうりに②のソースを盛り、エビを乗せたら完成です。



さっぱり食べることができるので、暑い日のフィンガーマニューに試してみてください。

BBQ担当 しゅーへい



TOKU'S キッチン

【ごま和えの素】

(冷凍編)

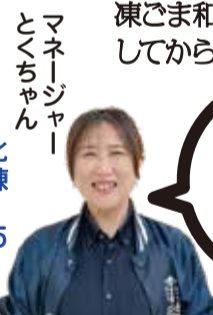
- 【材料】
 白すりごま 大8
 白練りごま 大4
 しょうゆ 大4
 砂糖 大4
 ※ごま3:醤油1:砂糖1の対比になっていれば、すりごまと練りごまはお好みの配合でO。
 ※目安:野菜200gに対して5回分。

【つくり方】

- ①冷凍用保存袋に材料をすべて入れて揉み混ぜる。
- ②1/5量は、今作るごま和え様に別にとる。
- ③①の空気をぬき平らにして、4分割に筋をつけて冷凍する。

【食べ方】

- ①お好みの野菜を下ごしらえ、下茹で(レンジ加熱等)する。
 - ②①に冷凍ごま和えの素を1/4加え、余熱で解凍する。
 - ③野菜とよく混ぜ合わせたら完成。
- ※生の野菜や余熱のない野菜に混ぜる時は、冷凍ごま和えの素をレンジで30秒くらい温めてとから混ぜる。



手軽に一品!



71 また来月!

よすぎタイム

YORISUGI TIMES 2024.6.01

【編集後記】食べ合わせの悪い「梅干しとうなぎ」。体に悪いのでなく、梅の食欲増進で高級食材を食へ過ぎるからとか。灰汁抜きなしで食へられるおおい「にが竹」。独り占めしたい偉い人の悪知恵ネーミング。

募集中! 川柳のしい

採用の方には粗品をプレゼント! 投稿はこちら

詠み手 ウエキ・シマントさん (大阪市)

【詠み手のこころ】 やっとあこがれの四万十川に来れました!!!

よりすぎ川柳 西土佐は 初夏こそ私の 喜の中

井戸端 インタビュー

インタビューー とくちゃん

「実は私たち、こんなことしてるんです」と、やってきたのは四万十市環境生活課のY課長。

Y課長 「地域ネコ活動について学びながらネコ好きさん達の交流を深めてもらえたら、婚活イベントを企画しました!」

中野 「そんな企画もされてるんですね〜」

Y課長 「そうですね。こちらどうぞ...」(チラシをもらう)

中野 「ネコ婚活で“ねこんかつ”なんですかね!」

Y課長 「そう!!!いいでしょう!」

中野 「...はい」

それはもう、いい笑顔のY課長を前に返事はこれ以外ありません(笑)

6月16日(日)地域ネコde縁結び(ネコ婚活)ねこんかつ 西土佐地域で開催予定です(詳細は四万十市HPへ)

にすとさの 標準語講座 16

かやる

講師 きくちゃん

<例文>

例1:そんなとこに コップ置いちゃったらかやるで

例2:ホがかやりそうになっちゃるで

「かやる」は、「倒れる」という意味です。コップなどが倒れる時に使ったり、草木などが倒れそうになったり倒れた時にも使います。神奈川に住んでいた頃、帰省した時に幡多弁を聞くと田舎に帰ってきたなああってホッとしていた事を思い出します。