

## 吉原ひろこの料理の世界：押し寿司

日本では、米を使った保存性の高いお寿司をいろいろな形で工夫してきましたが、さらにそれを長く保たせようと考えられたものが押し寿司です。

押し寿司は、外から押すことによって寿司の中の空気を抜き、酸化させないように工夫されたもので、長持ちする寿司です。したがって携帯することも可能です。いわば機能性寿司といったところでしょうか。

食べると普通の寿司に比べてしっかりとお米が固まっていることが特徴です。地域によって作り方が違い、郷土料理になっているものもありますが、その考え方を元にいくつかの押し寿司を吉原ひろこ流に見た目も楽しく作る押し寿司をご紹介します。



鮭の寿司

### 柿の葉寿司応用編

奈良で昔から食べられてきた柿の葉寿司は、お寿司をしっかり柿の葉っぱに包んでそれをきっちりと箱詰めしてさらに押して、空気を抜いたものです。中には酢でしめた鯖などの

魚を入れたりして作ります。

これは奈良でよく取れる柿を、実だけでなく葉まで利用した押し寿司ですが、そこには柿の葉の持つ抗酸化作用や抗菌作用が、昔からその地域の人々に知恵として知られていて発展してきたものです。さらに、柿の葉にはビタミンCやポリフェノールも含まれていることが近年ではわかってきて、たんに柿の葉の香りだけではない魅力を備えている寿司です。

ひと口ずつの小さな寿司飯としめた魚が柿の葉に包まれ、それが箱にびっしりと詰められている様はとても美しいものです。

私のうちにも柿の木がありますので、その木から葉を取ってきてはこのようくるんで、箱に詰めて即席の柿の葉寿司を作ります。中身はその時次第。魚のみならず梅干しを忍ばせたり、玉子焼きを入れたりもします。

葉を開いて食べる時には、「あっ！これは梅干しだ」とか「鯛の昆布締めが入ってる！」などと、開いたときの具材の楽しみもこの柿の葉寿司ならではのものです。



柿の葉寿司

## 鱒の寿司応用編

富山名物の鱒の寿司は、柿の葉ではなく笹の葉に大きく見事に包まれた押し寿司です。かつてはこの地域だけで食べられるものでしたが、この鱒の寿司は、全国の駅弁大会などでもてはやされています。鱒の味がとてもおいしいことも手伝って人気ですが、近頃はもっぱら業者のものを買うのが普通になって家庭ではほとんど作られません。おそらく、長くて大きな笹の葉などを手に入れることができないということもあるかと思います。

わたしは、これをわが家の庭に生えている葉らんで作ります。鱒がない時には鮭で。しっかり洗って酢で拭き上げた葉らは緑も冴え冴えとこのように美しいおいしさを食べることができます。



鮭や鱒のお寿司

## 重ね押し寿司・重ね押し寿司の海苔巻き

このように、伝統的に作られてきた押し寿司もいいのですが、いろいろな具を寿司飯と交互にぎゅうぎゅう詰めて押し、空気を出して、その彩りと、融合する味の饗宴を楽しむのがひろこ流現代の押し寿司です。



箱寿司

お庭がなくても、葉っぱがなくても、簡単に作ることができます。それを更に海苔で巻くと手づまんできやすくなります。



海苔押し寿司

### 角寿司

これは寒天を作るための仕切りのある容器に寿司飯を詰めて上に様々な具材を詰めた押し寿司です。重ねるタイプではなく隣と隣に具材をバランスよく配して、味わいの違いとその景色を楽しんでいただけるものです。



角寿司

いずれも簡単にできておいしいので、皆様もどうぞ作ってみてください。