

## サンマの塩焼き

材料(1人分)  
サンマ…1匹  
塩…適量  
大根おろし…適量  
すだち…1個

## 作り方

- 包丁でやさしくウロコをとり、洗う。
- 水気を拭き塩を振る。軽く揉み込んでから15分おく。
- 少し強めの火で焼く。



ウロコはほとんど無いが、細かいよごれも落とせる。

珪藻土を崩さないよう切り出す  
珠洲の七輪作り。

サンマの季節がやってくると七輪を引っ張り出す。能登半島の先っぽ、珠洲という町で見つけてきたものだ。職人が坑道の奥深くからブロック状に切り出した珪藻土を七輪の形に手彫りした七輪。サンマサイズと言つていい大きさに作られていて、見た目もかつこいい。型枠に練物を詰めて量産されたものと比べると手の込んでいる分、値段も高い。蓄熱性が高いのが特徴で、これに火持ちのいい備長炭を熾すと焼き魚に適した火元になつて、サンマもふつくらおい

しく焼きあがるのだ。  
大衆魚のサンマを焼くのに値の張る調理器具や燃料を使うことは、いかにもバランスに欠いているだろう。何かと面倒もあるし煙もあるが、しかしながら、味に値段は関係ない。お気に入りの道具を使うと手間も楽しみに変わり、秋晴れの休日が充実するのだ。



塊から七輪の形に彫る。

レシピ制作・  
料理・撮影・文  
岡野 朋之

うまいつまみを求めて世界をさまざま歩く。その実、国内・海外問わずハードな長期山岳縦走取材をもこなすカメラマン。年頃の娘を持つ父でもある。

## サンマの塩焼き



七輪を前に、サンマが焼けるのをじっくり眺めて、大切に味わう。

なんて贅沢な秋の休日でしょう。

道具に凝ってみるのも料理の楽しみ。

七輪は今再び人気上昇中のようですよ。

グリルで焼く場合も塩はサンマ全体にまんべんなく手でなじませるように塗りこんでおくと皮がパリッとなります。