

# 「福」につながる縁起のいい ふぐ



鍋物にさせていただくと身体が温まる高級魚。産卵のため日本沿岸に近づく季節の冬が最も旬となるふぐ。ふぐは、高タンパク、低カロリー、コラーゲンたっぷり。身には旨み成分(グルタミン酸、イノシン酸)が多く含まれています。ふぐ鍋の後の汁には、ダシなど入れずにそのまま残りご飯を入れ、塩などで軽く味付けして卵でとじ、アサツキなどをパラパラと乗せると一層美味しくなる雑炊をお勧めします。けれど、ふぐの卵巣や肝臓には、テトロドトキシンという猛毒が含まれていて危険。「ふぐは食いたし命は惜しし」と昔から言われ、ちょっと勇気がいる代物です。しかし、ある一部地域だけに限られて許可されていますが、その猛毒を含んでいる卵巣を塩漬けと糠漬けで解毒し、珍味としてしまう食文化があるのです。なぜ塩漬けと糠漬けで猛毒が抜けてしまうかは謎が残ったままですが、さすが、日本の発酵食品の食文化はすばらしいですね。また、言葉にも文化があります。ふぐの呼び名には、地方によって様々な呼び方があり由来もいろいろ。ふぐでは「不具」「不遇」となり縁起が悪く、「ふく」「福」であれば縁起が良いものになります。

日本のことばと食べ物、上手に美味しく伝えていきたいものですね。

