

おもてなしのための『ウニめし』

おいしい「おもてなし」が笑顔が何よりの喜び

殻を器にごはんをつめ、軽く焦げ目をつけたウニめし。香ばしい香りと豪快な風貌、そして何より期待を裏切らないおいしきは五感で楽しめる逸品です。そんなウニめしは、おもてなし料理にぴったり。今月はウニめしで『もてなし歴20年』の鎌田芳徳さん（本城地区・下南）にお話を聞きました。

昔、偶然ウニを手に入れた芳徳さんはウニめしをこしらえ、地域の集いで振る舞いました。するとこれが大好評。以来、集会やイベントなど機会あるごとに振る舞っています。「みんなウニめしを見て驚き、食べると笑顔がほこ



よしのり
鎌田芳徳さん(64歳)
ウニめしは炭で焼くとさらに香り高くおいしいです。家庭で簡単に楽しむには魚焼き用グリルが便利です。

ろぶ。それがうれしくて。ただ、このウニめしもウニを採ってくれる人がいるからできること」と話す芳徳さん。振る舞いをすると言えはウニを採り、提供してくれる濱里正行さん（崎田地区・下南）に感謝します。「濱里さんはいつもウニを無償で提供してくれる。本当に濱里さんあってのウニめし」と続けます。その濱里さんはこう語ります。「何か社会に貢献できないかと思って漁業を営む自分にできるのは喜んでくれる人のためにウニを採ることだと思っています」。そんな思いで託されたウニは芳徳さんが新鮮なうちに下ごしらえ。1つ1つ殻に穴を開けてはピンセットで丁寧に内臓を取り除いていきます。素材を調達する人がいて、料理をする人がいる。多くの手間を経てできあがるウニめし。『喜んでくれる人のために』との思いがたっぷりつまった最高のおもてなし料理です。



【シラヒゲウニ】
棘皮動物門ウニ綱サンショウウニ目ラッコウニ科シラヒゲウニ属の棘皮動物。紀伊半島以南の南日本に生息している。殻の色は黒く、棘は白色のほか橙色や赤色をしているものもある。

How to cook



ウニめし
◎材料（2カップ分）
・ウニ（殻つきのもの）……適宜
・ごはん……適宜
・薄口しょうゆ……適宜

◎作り方
①ウニの殻に穴をあけ、内臓を出し中を洗う（殻に張り付いた身は外さず、そのままにしておく）。
②ごはんを殻に押しつけるようにしてつめる。
*裏返して焼くときにこぼれたり、網に焦げつかないようごはんは思い切ってつめるのがコツ。
③魚焼き用グリルでごはんを軽く焦げ目がつくまで焼く。
④ごはんを薄口しょうゆを回しかけ、裏返してさらに10分ほど焼く。



智和さんこだわりのお庭。子どもの遊び場、バーベキュー場、色んな顔を持っています。木製のパーカウンターが完成したばかり。

みんなの居場所をつくりたい

田舎暮らしの「気持ち」聞きました

「毎日学ぶことばかりです」。こう話すのは都井地区・大納で民宿を営む宮本智和さん・アリスさんご夫妻です。お二人は平成23年4月に東京都から移住。大好きなサーフィンや農業を中心に田舎暮らしを満喫しています。二人がこの場所ので教わったこととは何なのでしょう。



東京ではバーを経営していた智和さん。今でも変わらないこだわりの「そこ」があります。「そこにいる人みんなが楽しめる空間をつくりたいんです」と智和さん。自身でデザインしていたバーに替わって、現在は民宿の庭づくりで没頭する毎日。割ったかわらを敷き詰めた地面、子どもが遊ぶブランコ、すべて智和さんの手作りです。居るだけで心地よい場所にとの思いから、手入れにも自然と力が入ってしまします。「少しでも楽しんでもらいたい。そう思うと、ついつい

サービスし過ぎちゃうんですよね」。二人で顔を見合せて笑う姿が印象的でした。

そんな二人の毎日は、地元の人たちの『気持ち』に支えられています。つわぶきを育てる畑、風呂たき用の薪やテーブルの材料：すべて無償で提供していたのだいもの。「ここで学んだことは、気持ちには気持ちで返すこと。それ以外は望んでない人ばかりです」。アリスさんはこう続けます。「わたしたちは自然に教わったことを自然にやっているだけなんです」。そう話す二人の笑顔は、すっかり『地元の人』そのものでした。



宮本智和さん(46歳)
アリスさん(28歳)
毎日小さなことにも感動しています。夏にはお客さんに混ぜてカブト虫やホタルもやってきて大忙しの日々です。