

Q お魚にも合う、初心者におすすめの日本酒を教えてください

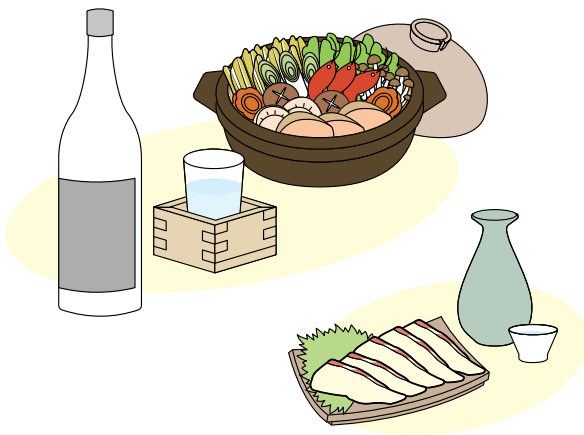
日本酒の初心者には、甘い果実や花のような香りの大吟醸酒系、吟醸酒系がおすすめです。乾杯や食前酒に用いるなど、ワインのような楽しみ方もでき、海外でも人気があります。温度を10℃から15℃に調整すると香りが引き立ちますので、フルーティーな香りに合わせ柑橘類や香草類を添える料理がおすすめです。魚料理ではタコやサーモンのマリネ、白身魚のカルパッチョのような西洋風の前菜によく合います。

Q 冬の「常盤もの」には、どんなお酒が合いますか？

比較的手に入りやすい本醸造酒や生酒・生貯蔵酒などは、味が淡くて、香りも強く

ない、すっきりした風味のお酒です。お酒の主張が強くないので、魚はもとより、肉や野菜など全ての食材の持ち味を生かすことができます。「常盤もの」を代表するヒラメやカレイの刺身と合わせるのにもおすすめです。

お米の酒ならではのコクがある純米酒や、伝統的な生酛づくりの日本酒は、ふくよかな香りとコクのある味わいです。しっかりと味付けの料理と相性が良く、魚の煮付けや鍋料理など、幅広い料理に調和します。涼冷え、常温、ぬる燗など、さまざまな温度で楽しめるのも特徴です。福島の冬を代表する「あんこう鍋」に、冷酒を合わせるのも粋だと思いますよ。



Q お酒を健康的に楽しむ方法を教えてください

タコ、イカ、貝類には肝臓の働きを助ける「タウリン」が、マグロ、ブリ、サンマなどの魚には生活習慣病予防に効果的な「オメガ3脂肪酸」が豊富に含まれています。どちらも意識して積極的に摂りたい成分なので、健康的に日本酒を楽しむためには「常盤もの」をはじめとした魚介類をぜひ一緒に食べてほしいですね。

福島県は、全国新酒鑑評会で金賞受賞数9回連続日本一を達成している。酒どころで、上質な日本酒が選びきれないほどあります。今回ご紹介した以外にも、みなさんそれぞれにお気に入りの銘柄で料理との組み合わせを試して、意外なマリナージュを見つけたいと思います。

お話を聞いた方



一般社団法人 日本酒学会 代表理事 関口もえさん

分子栄養学アドバイザー、唎酒師、ワインソムリエなどの資格を持ち、健康寿命の延伸と酒文化の伝承に尽力している

冬が旬の常盤もの



ズワイガニ

12月になると相馬・松川浦漁港にはズワイガニが水揚げされる



カレイ

12・1月には、子持ちのナメタガレイやマコガレイが珍重される



アンコウ

福島県の生産量は全国有数。冬は肝が肥大化し、さらに美味



メヒカリ

見た目は地味だが、淡白な白身は絶品。12月から4月に旬を迎える



ヒラメ

12月から2月のヒラメは、「寒びらめ」と呼ばれ、脂がのり、身が締まる