

ブダペスト通信

盛田 常夫



2024年 NO.3

ハンガリーの魚貝類販売の現在

ー 今、何が買えるのか

魚貝類がまったく買えなかった時代

1989年の体制転換前のハンガリーでは、海魚を販売する店が存在しなかった。ハンガリーで魚と言えば、鯉を指していた。生臭さを嫌って、「魚は嫌い、食べられない」と答えるハンガリー人が多かった。ただ、普段は魚を食べない家庭でも、クリスマス時だけは鯉のスープを食べる習慣を守っている家庭は多い。だから、クリスマスになると、ふつうのスーパーマーケットでも、大きな水槽に生きた鯉を寿司詰めにして販売するのが風物詩になっている。

2024年2月3日

私は日本海側で育ったので肉よりも海魚を好むが、川魚を食べたいと思ったことはない。川魚と海魚は同じ魚類でも、まったくカテゴリーが違うものだ。長い間、内陸国のハンガリーでは海魚を入手することができなかった。体制転換前はよくブダペストの中央市場に出かけ、「海魚の店」という札がかかった間口1mほどのテーブルだけの店を見回るのが習慣になっていた。普段のテーブルには何もなく、販売員もいなかった。たまに、冷凍サバが入り、無造作にテーブルに並べられているのを発見すると、友人たちに電話で連絡し買い求めた。いつ獲れたのかも分からないサバを買って、味噌煮などにしたのを覚えている。私と同じように、海魚に飢えていた知人は家族で刺身にしたと聞いて、びっくりしたものだ。ただでさえ足がはやいサバを生で食べて、お腹が痛くならないのかと心配したのを覚えている。



卸売りスーパーMETROの魚屋さん

体制転換以後も、いわゆる魚屋さんと呼ばれる店舗はなかなか現れなかった。高級レストランで鮭の料理を出すところが出てくるまで、鮭の流通は限定的だった。ようやく小売スーパーでも鮭の切り身を販売するところが出てきたのは2010年過ぎからである。しかし、ハンガリーの小売店は日本の魚屋さんのイメージからかけ離れており、魚の保存や新鮮度のチェック難しい。だから、とても小売店で海魚を買う気になれなかった。

日本の魚屋さんに近いお店を開いたのが、ドイツ系の卸売りスーパーMETROである。ここでは定期的に鮭を入荷し、レストランを営む人たちが購入するようになっ

た。回転寿司の WASABI など海魚の味を知ったハンガリー人が増え、鮭のカルパッチョやムニエルなどがレストランのメニューになり、今ではどのレストランでも鮭を使ったなにがしかの料理を提供している。

現在、多くの小売スーパーの一角では魚コーナーが設けられているし、わずかだが専門店も存在する。しかし、街中にある専門店も、日本の魚屋さんのイメージからかけ離れている。魚を捌く大きな調理台を持っている店はない。国会近くにあるイタリア系の魚屋さん La Pescheria は定期的にイタリア方面から魚介類を入荷しているので、ハンガリーに駐在する外国人に人気のある店だ。クリスマスイヴ前には歩道に 50 名ほどの行列ができる店だが、調理台は 1m 幅の小さな洗い場があるだけで、とても魚屋さんとは言い難い。魚の貯蔵設備も整っていない。それでもお客が絶えないのは、市内にこれと言った海魚の店がないからだろう。



1054 Budapest, Alkotmany utca 19 にある La Pescheria

私もこの店で、しばらく刺身用のマグロを冷蔵真空ブロックのまま購入していた。お店でカットされた部位を買う気になれないので、配送されたままのパッキング状態で大きなブロックを購入していた。3-4kgのブロックを柵にして冷凍保存していたが、味の割に値段が高いので買うのを止めた。イタリアあるいはスペインからの輸入だが、マグロの種類や部位が悪いのか、マグロの味がしなかった。鮭のコストパフォーマンスの方が圧倒的に高いので、マグロを買うことを止めた。

鮭の入荷と販売

卸売りスーパーMETROには、月曜日と木曜日にノルウェイ産の鮭が入荷される。到着後、店では3枚に下ろす作業が行われるが、私は入荷日に1本丸ごと購入している。今では注文するまでもなく、私が店に現れるやいなや、裏の冷蔵庫から氷詰めになった鮭を取り出してくれる。ノルウェイ産は海洋養殖されているので、刺身でも食べられる。日本へも輸出され、お寿司屋さんで提供されている。出荷の際に締めて内臓を取り出してあるので、鮮度に問題ない。

ハンガリーでは魚類の付加価値税は5%の軽減税率が適用されているので割安感がある。ただし、鮭を丸ごと購入した場合、自分で捌く必要がある。ハンガリーでは鱗を取ってくれないので、半身を購入した場合も自分で鱗を取る必要がある。しかし、3枚に下ろした後の半身の鮭の鱗を取るのは難しい。魚肉と一緒に動いてしまうので、鱗をきれいに取るのが難しい。1本のままの方が、はるかに鱗が取りやすい。しかも、1本購入の場合は、骨付きなのでキロ単価が安く設定されている。頭と骨は粗煮か、塩焼きで調理するから、捨てるところがない。

2月1日の時点で、鮭1本を購入する場合のキロ単価は、5%の付加価値税込みで、4,790Ftである（100円=240Ftで計算すると、2000円）。METROで販売される鮭1本の平均重量は4.5Kgである（半身や切り身の単価はこれより高くなる）。

私の場合は、3枚に下ろした後、腹骨を取り、残りの脂身（いわゆるハラス）を別途保存しておく。下ろした半身は中骨を抜き取り、昆布締め用と塩焼き用にカットする。刺身用にカットした部位の皮をはぐ時に、身を少し付けた状態でカットする。あとで、身付きの皮をてんぷらで揚げ、甘辛いソースを付けて御飯に乗せると、うなぎかば焼きか、アナゴ丼のようになる。

鮭 1 本を捌く場合にはそれなりの道具が必要だ。最低でも、魚用の出刃包丁、鱗取り、骨抜きは必要である。私の場合、腹骨を切るときに、牛刀を使って綺麗に取るようにしている。また、鱗が残っていると、触感が悪くなるので、鱗を取る前に、挟みでヒレすべてを切断し、うろこの取り残しがないようにする。その際に、鰓（エラ）も一緒に挟みで切り取り、すぐにカマを煮込める（塩焼き）ように処理する。

昆布締めにする昆布は安いもので十分だ。ブダベストの韓国食料品店では韓国産の安い昆布を売っているの、それを使う。もちろん、日本から昆布締め用の昆布を持ってきてもらうのが一番だが、薄い刺身に下ろすまでもなく、小さなブロックを昆布で締めれば、手巻き用に使える。



小魚用

舟行（小型の汎用出刃）

牛刀（両刃）

出刃（大型魚用）

柳葉（刺身用）

鱗取り、骨抜き、鉋

METRO の一押し海魚

いわしは毎週木曜日に入荷される。内臓付きだから早く処理する必要がある。腹を開き、骨をとってフライ用に処理する。アジフライより、イワシフライの方が美味しい。入荷されるいわしの型は毎週異なり、大きいものが入荷されることもある。小さなものばかりの場合もある。大きさによって、煮つけやフライにする。少々手間はかかるが、すり潰して、ツミレつみにするのも良い。

最近になって、METRO でも刺身用のマグロ（真空パック冷蔵）が入荷されるようになった。スリランカ沖のキハダマグロで、味は La Pescheria で買うのとあまり大差はないが、La Pescheria で買うよりはるかに安い。2~4Kg のパックがあるので、店の人に冷蔵庫から出してもらって、実際に現物を見てパック丸ごと購入する。スリランカで捕獲されてからほぼ5日かけてハンガリーに到着し、賞味期限は残り5日ほど。

柵に取り、すぐに食べない部分は冷凍保存する。鱗を取る必要もないので、家で簡単に柵に取ることができる。

2月初めの時点で、スリランカ産のマグロは付加価値税込みで 1kg10,000Ft（4500円ほど）である。鮭と違って、骨付きではなく丸ごと身なので、大雑把に計算すれば、鮭の切り身より 50%ほど高いだけである。脂身が分厚く付いたマンガリツァが 1kg20,000Ftすることを考えれば、マグロの方がはるかに安い。

柵を取るときに、必ず筋が多く入った部分が残る。これをスプーンで掻き出して手巻き用にすることもできるが、一口大に切り分けてフライ用にすることもできる。パン粉を付けて油で揚げると筋が解けるので、筋を気にすることなく食することができる。刺身用なので、少々レアの方が美味しい。

マグロの入荷日も鮭と同じで月曜日と木曜日。購入の際には入荷日を確認し、パックに記載された捕獲日と賞味期限を確認することが重要だ。METROの魚屋さんは客が店の中に入れないように仕切っており、客が魚を近くで見ることができないが、常連客になると、冷蔵庫から取り出して、目の前まで持参して見せてくれる。

もう一つのおすすめ品は、ヨーロッパヘダイ（ハンガリー名：aranydurbincs、スペイン名：dorada）である。このヘダイは欧州各地で養殖されている白身の魚である。イタリアレストランがフランスレストランで調理されて提供されている。



Aranydurbincs（ヨーロッパヘダイ）

METRO が入荷しているのはクロアチアで養殖されたもので、METRO ブランドで販売している。内臓だけでなく、鰓も処理されており、家庭では 3 枚に下ろすだけで良い。鱗取りがなくても、包丁で簡単に取れる。300 g ほどの小型のものと、500 g から 700 g ほどの大型の二種類を販売している。価格は付加価値税込みで 1kg4800Ft だから、ほぼ鮭と同じ価格である。ヘダイの入荷日は毎週水曜日。

小型のものは丸ごとに煮付けにする。新鮮なので、この魚も刺身で食べることができる。刺身にしたい場合は、大型のものを三枚に下ろし、腹骨を取り、中骨のラインを切り取って、骨が入っていない身に分ける。その後、薄切りにして刺身にする。淡白な味なので、昆布で締めると味が良くなる。また、刺身ではなく、てんぷらにしても美味しいし、味噌汁あるいはお吸い物の具にも使える。

切り取ったカマ部分、腹骨、中骨部分を捨ててしまうと、使える身が少ないので割高な魚になる。だから、腹骨や中骨の身はカマと一緒に粗煮にする。醤油、みりん、酒、砂糖で好みの味にする。酒がない場合には、白ワインを使う。

冷凍甲殻類

ここまで列挙した魚類はすべて付加価値税が 5% の軽減税率が適用される。それ以外の甲殻類の付加価値税は 27% である。

甲殻類の種類も取扱量も、METRO が一番である。しかも、同じ商品でも、アジア食料品店や La Pescheria よりもはるかに安い。冷凍エビの種類は豊富である。アサリも 1kg の冷凍で売っているが、まったく同じ商品が韓国食料品店では 2-3 割高く販売されている。イカや帆立も入手できる。スペイン産の冷凍の真蛸はお勧めである。流水で解凍した後、沸騰したお湯で 12 分ほど茹でる。ゆで上がったものを冷水に晒し、水を切れれば出来上がり。薄切りにして醤油とわさびで食べる。店頭にも冷蔵の真蛸を売っているが、なぜか茹でてでも水っぽい。冷凍品の茹で上がりの方が身は締まっており、味が良い。800g 程度の真蛸が 8000Ft ほどで、安くはないが。

サバの冷凍品も販売されていて、これは結構安い。締めさばにできないこともないが、味噌煮か、塩焼きの方が良い。鮭を家で魚を捌くのが嫌な人には、半身の冷凍品も用意されている。もちろん、冷凍品も魚類だから、付加価値税率は 5% である。

冷蔵品として、ポーランド製のカニカマを売っている。私は手巻きの材料として使っている。ロシア製のイクラが入荷されなくなってから、イクラまがいの安い瓶詰がたくさん陳列されているが、これらはお勧めできない。

このように、体制転換前のハンガリーの海魚事情を知っている私にとって、消費可能な魚介類の選択肢がこれほど増えたことはたいへんうれしい。欲を言えば、料理酒や本みりんが安く入手できないことだ。日常的に使うので、高い小瓶の日本酒やみりんを買っていたのではコストが高かつく。白ワインで代替できるところもあるが、やはり魚料理には料理酒や昆布が不可欠である。

なお、以前は METRO の買い物は法人だけに限られていたが、現在は個人でも購入可能になっている。受付デスクで個人購入用の Gourmet カードを発行してもらえば、すぐに購入が可能である。