

朝だ！生です旅サラダ

イカの駅に、輪島朝市… 栗原恵が大好きな海の幸を能登で満喫！ 海外は、ノースショアのアクティビティ紹介

2022年7月16日(土) 午前 8:00 ~ 午前 9:30

「海外の旅」は、ハワイを紹介する2週目。今回は、オアフ島のノースショアで、海岸線が見渡せる絶景スポットへのハイキングに、シャークツアーなど、たくさんのアクティビティを紹介する。

「ゲストの旅」は、石川県・能登を元プロバレーボール選手の栗原恵が旅する。海の幸が大好きで、発酵食に興味があるという栗原が、輪島朝市はもちろん、魚醬を作る工場見学や、魚醬を使って調理するイタリア料理に触れる。ほかにも、抜群の体幹の良さを使って、SUPも初体験！

プロデューサー 山下浩司 (ABCテレビ)

酒井聡志 (ABCブラ)

桐山知子 (イメジス)

手塚旬子 (ネクサス)

(出演)

司会 神田正輝、向井亜紀
勝俣州和、三船美佳
中丸雄一(KAT-TUN)
東留伽 (ABCテレビアナウンサー)

ゲスト 栗原恵

海外の旅 青木愛(旅サラダガールズ)

(内容)

「海外の旅」は、ハワイの旅をリモートでお届け。今週はオアフ島のノースショアを紹介する。コロナ禍以降、地元の人たちの間でブームになっているのがハイキングだとか。そこでハワイの4大ピルボックスと称されるエフカイ・ピルボックスのハイキングコースを辿ってみる。ピルボックスとは、戦時中に防衛用に設置された高台のこと。整備された山道を登っていくと、見えてきたエフカイ・ピルボックス。ノースショアの海岸線が一望できる最高のスポットを存分に届けてくれる。ノスタルジックな雰囲気が漂うハレイワタウンでランチを楽しみ、続いて紹介するのは海に潜って柵がない状態でサメと泳ぐシャークツアー。スリリングなこのアクティビティに現地リポーターは、及び腰で…。他にも海の近くでできる乗馬体験も紹介する。

「ゲストの旅」では、元プロバレーボール選手の栗原恵が石川県・能登を旅する。まずは能登のシンボリックな「白米千枚田」が見渡せる展望台へ。

日本海の海の青さと田んぼの緑のコントラストが美しい！ 能登へ来たことが実感できる絶景を見たあと、向かったのは九十九湾の港。ここでやってみたかったというSUPに挑戦する。風の様子を見ながらいざ海へ。膝立ちで漕ぎ出して海からの九十九湾を楽しむ。陸に戻って訪ねたのは、大きなスルメイカのモニュメント・イカキングがある「イカの駅」。能登は日本有数のイカの水揚げ量を誇る町。海鮮の中でもイカが大好きという栗原は、「イカの駅」のレストランでお造りに天ぷらとイカ料理を食べまくる。続いて向かったのは、能登ならではの発酵調味料“いしり”を製造する会社。“いしり”とは、魚介類を塩に漬け込み発酵させた魚醬のこと。工場を見学すると、タンクの中でぶくぶくと発酵している様子がわかる。1年半ほどかけて発酵させて作るといういしり。次は、このいしりを使ったイタリア料理が食べられる宿へ行き、オーストラリア人のシェフがスープに使う様子を厨房で見せてもらう。料理好きで、最近は発酵食が気になっていた栗原は、興味津々！

翌朝は、輪島朝市へ。新鮮な魚介が集まる市場を歩き、ふぐを使った加工食品など、珍しいものを見つけていく。それらを無料の「漁火コーナー」で焼いて食べられるのだとか。さっそく栗原も買った魚介を焼いて、最高の朝ごはんをいただく。旅の最後は、「道の駅 ずす塩田村」へ。能登はお塩も有名。500年以上前から続く、海水を桶に汲んで塩田に巻いて天日干しする「揚げ兵式塩田」を体験してみる。

「発掘！ニッポン なかまる印」は、KAT-TUNの中丸雄一が兵庫県の魅力を発掘。



「東留伽が行く日本縦断コシマの旅」では、東アナが青森県の浅虫温泉を訪ねて、地元の絶品グルメを探す。

◆番組公式Facebook

<https://www.facebook.com/tabisalad/>

◆番組公式Instagram

<https://www.instagram.com/tabisalad/>

◆番組公式YouTubeチャンネル

<https://www.youtube.com/channel/UCOecthoxjF2muBC4qjb6KPQ/featured>

ネット局・提供・放送形態

(同時ネット)

A B Cテレビ/テレビ朝日系列 2 4局 & R K C、Y B S、F B C

(放送形態) ステレオ・H D・文字多重

宣伝担当

A B Cテレビ・岡崎 (本社)、喜多 (東京支社)