

1992.11-12

NO.

75

魚





は中国の秦代に作られた篆書(しゆ)で魚。
学研漢和大事典・藤堂明保編より転用。



クダゴンベ

(フィジー、水深18メートル)

南日本。西部太平洋、インド洋に分布。

沖縄のケラマ諸島や八重山諸島では数は多くないが生息場所が知られている。また、秋には伊豆半島や伊豆七島のダイビングスポットにも現れるので、私も何度か遭遇している。しかし、稀種というイメージが強く、探さなければ出会えない魚と思っていたのだが、フィジーのベンガラグーンへ潜ってみるとあちこちのヤギやイソバナに当然のように棲みついており、一度ゆっくり撮りたいと思っていた私はうれしくなって激写してしまった。赤い格子柄がとてもおしゃれな感じだし、目玉も体に比例してやや大きめなので親しみのもてる魚である。全長7~8センチの小さな被写体なので105ミリマイクロレンズで撮影した。

表紙写真撮影と文 田口 哲(たぐち てつ)

1942年、茨城県水戸市に生まれる。上智大学卒。水中記録家。海、淡水を問わず魚類の自然生態写真を撮り続けている。著書に「溪流の魚たち」山と溪谷社刊。「日本の魚」(海水編)(淡水編)小学館刊、他多数。1992年、南水中記録を設立し活躍中。

魚 1992.11-12 **NO. 75**

CONTENTS

1

フレッシュアップ/さかな最前線

特集:魚の旬を考えるPART1

取材・文/陸井真一(フリーライター)

6

体験取材記「さかな探検隊」⑩

「おさかなフェア'92」

9

水・族・館

魚津水族館(富山県)

10

江上佳奈美のワンポイント魚料理⑩

「わかさぎの香味漬け」

12

シリーズ/研究所訪問④

「極洋 塩釜研究所」

13

おさかなクイズ

14

シルバーエイジのための魚調理の心得

「いきいき魚の健康学」④

國崎直道(女子栄養短期大学教授)

16

市場探訪/港・市場・魚

本塩釜駅前やみ市(宮城県)

18

さかなUP-DATE **FISH·EYES**

20

おさかな **Q&A**

21

ほろ酔いコラム「酒のさかな」

森下賢一(エッセイスト)

■特集

魚の旬を考えるPART1

取材・文/陸井眞一(フリーライター)

「旬の味覚をふんだんに」「旬の素材を生かした」などは、料理店、レストランの宣伝文句に実によく使われる言葉だ。確かに、旬というのは日本の気候・文化が作りだした独特の言葉といわれる。しかしながら、今でも本当に旬は生きているのだろうか、いやむしろ、旬の食べ物は本当にまだあるのだろうか、というのが、編集部疑問だった。そこで、「旬の魚」について検証してみようと考えた。今回は、おいしい魚の旬を訪ねて、旬とは何かを探る特集第1弾である。



流通の発達と味覚の変化が旬を分かりにくくした

旬とは、何か。まず、広辞苑をひいてみると「魚介・野菜・果物などがよく熟して味の最もよい時」とある。それでは、魚介類の「味の最もよい時」はいつかという脂ののった時期で、それは大体が産卵前の力を蓄

えている頃である。したがって、春に産卵する魚は冬が旬、秋に産卵するものは夏が旬ということになっている。ただし、例外も多く、たとえばサバの産卵期は4月～7月くらいだが、もっとも脂がのるのは産卵のおわった秋である。これは、産卵で消耗した体力を回復しようとたくさん餌をとるため、産卵後に体力が充実してくる頃、つまり秋が一番おいしいということ

■特集

魚の旬を考えるPART1

になる。こういうものも含めて、魚介類の旬を列記すればほぼ以下になる。

- 春 マダイ、サワラ、サヨリ、シラウオ、トビウオ、ニシン、メヌケ、ハマグリ、サザエ、アサリ
- 夏 カツオ、キス、イサキ、クロダイ、インダイ、アジ、アユ、ヒラマサ、スズキ、ハモ、メバル、ホッケ、ホタテ、アワビ、ウニ
- 秋 サンマ、サバ、カマス、サケ、ハゼ、イワシ、シシャモ、ウナギ、イカ、イセエビ
- 冬 アナゴ、アンコウ、ブリ、タラ、ハタハタ、ヒラメ、キンメダイ、ボラ、タラ、フグ、ホッケ、ワカサギ、マダコ、ケガニ、ズワイガニ、カキ、シジミ、トリガイ、ホッキガイ



この分類は、いくつかの本に挙げられているものを総合したものだが、なかにはボラのように、上記では冬に入っているが、秋が旬としている本もある。これは、秋から冬にかけて旬になるため、人の判断や好み、そして産地によっても多少の時期の違いがある。これが、旬をややこしくしている理由の1つである。東京魚市場卸協同組合・総務部広報文化活動課の小泉義裕氏は、こう語る。

「カツオは、春先になると、黒潮によって日本の沿岸を回遊します。春先に土佐で捕れ、初夏に銚子沖で捕れます。初夏に捕れるものが、いわゆる『初カツオ』



で、これが江戸時代に珍重されたものです。しかし、秋に三陸沖からUターンしてくる、いわゆる『戻りカツオ』のほうが脂がのっているのは事実で、こちらのほうが旨い、だからカツオの旬は秋だという人もいます。より脂ののっているほうがおいしいと感じる、味覚の変化も旬に影響するんです」

以前、マグロの特集のときも指摘したように、江戸時代から比較的最近まで、トロは『猫またぎ』とも呼ばれ、誰も見向きもしなかった。これは脂分が強いので、むしろ戦後の肉食の普及によって人々の好みが変わったために、珍重されるようになった。だから、江戸の庶民にとっては『戻りカツオ』など、とてもおいしいものではなかったのだろう。この味覚の変化が旬をややこしくしている理由の第2。そして、このことから分かるように、旬というのは一応、江戸時代の江戸で食べられたものを基準にしている。だから、流通革命で九州や北海道で捕れたものが、翌日にはもう東京の人の口に入るという時代では、旬の考え方も変わってくる。この流通の変化が、旬をややこしくしている理由の第3である。

「江戸時代に、江戸の町で食べることのできた魚は、東京湾と常磐方面や相模湾くらいから運ばれてくるのがせいぜいでしょうね。しかし、今は日本全国のどこで捕れた魚でも、翌日には築地に届きます。また、天然のマダイが『ムギワラダイ』と呼ばれる味の落ちる

時代に、ニュージーランド沖ではちょうど旬を迎えるんです。この南太平洋のマダイも鮮魚の状態で空輸され、日本に運ばれてきます。だから、近海のそれぞれの港に上がるものには、昔ながらの旬が生きているでしょうが、東京ではむしろ旬の時期が大きく広がっていると考えた方がいいのかも知れません。流通の変化と鮮度の保持技術が進歩したために、どんなものでもいつでも手には入るようになりました。それが、旬を広げて、分かりにくくした原因でもありますね」

旬の感覚を失わせた 冷凍技術と養殖の発達

女子栄養短期大学教授の國崎直道氏は、こう語る。「旬がなくなったといわれる時期を、私は昭和40年と考えているんです。この頃までに、マイナス30度の急速冷凍技術が一応の完成を見えています。そして、この年が家庭用の冷凍冷蔵庫が一般に普及した年で、漁船から家庭までのコールド・チェーンが完成したわけです。つまり、旬の時期に捕れた魚を冷凍しておいて、どんな季節でも手には入るようになった。もちろん、捕れて間もない魚を食べると、いくら旬のときに捕れたものでも期間を置いて解凍して食べるのでは味は違ってきますが、旬を待って食べるという必要や習慣がなくなってきたわけです」

今では、スーパーなどで売られる魚のかなりのものが冷凍魚であるのは、よく知られるところである。また、回転寿司屋で、まだ完全に解凍されていないマグロの握りなどを食べた経験は誰にもあるはずだ。このようにスーパーから料理店、家庭までおよんだコールド・チェーンの完成が、旬を分かりにくくした理由の第4。そして、養殖技術の発達が理由の第5である。國崎教授が続ける。

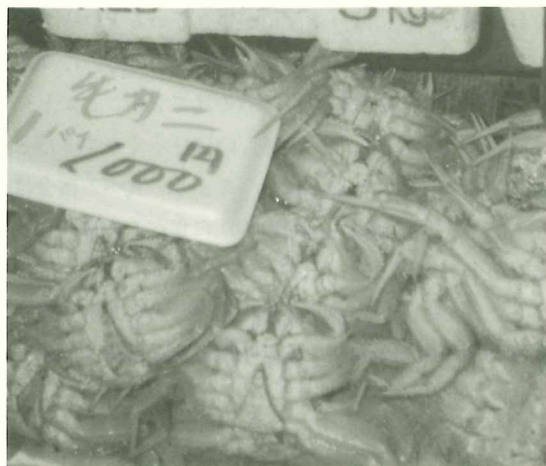
「ここ10年ほどで養殖技術は大きく進歩しましたね。それで、この前、どのくらいの種類の魚介が養殖されているのかを調べてみたんです。そうしたら全部で70

種ほどもありました。これは驚きでしたよ」

この70種のうち、ワカメ、コンブ、ヒジキ、モズクなどのコンブ類を除くと、タニシ、アワビ、ホタテ、カキなどの貝類を含めて60種強。魚だけに限っても、50~60種もの魚が養殖されている。普通、とっさに知っている魚の名前をあげろといわれても、せいぜい10数種くらいが出てくるのが関の山。それが、50種にもなれば、もう知っている魚のほとんどが養殖魚だといわれても信じてしまうだろう。養殖には、もちろん向いた魚種もあれば、そうでないものもある。それに、設備投資やら、餌代にかなりの資金がかかるから、それを回収できる魚、つまり比較的高い値段で売れるタイ、ヒラメ、シマアジ、ブリ、カンパチ、ハマチなどの高級魚に限られるわけで、どんな魚でも養殖というわけではない。しかし、出荷できる型になるまで育つことを目的にした養殖魚は、自然のサイクルにしたがっているわけではないから、当然、旬はない。その養殖魚は、魚市場とは別の流通ルート、トラック便に乗って、生きたまま各地のいけすを置いた割烹料理店などに運ばれる。こうして私たちが、料理店などで食べる生き造りなどの大半が養殖魚になった。

冷凍や養殖は、魚本来の旬を失わせてしまったが、安価で安定供給という大義名分の前に、圧倒的な量で普及してしまったのである。

これでは、一般の人に旬が分からなくなっても当たり前というほかはない。理由は、まだある。東京魚市



■特集

魚の旬を考えるPART1

場卸協同組合の副理事長で、築地市場の中で仲卸のお店『美濃桂』を営む伊藤宏之氏は、こう語る。

「昔は、魚が来るのを待って捕ったわけでしょう。ところが、今は魚群探知機なんかがあって、追いかけて捕る。こういう捕る技術の発達も、旬がはっきりしなくなった原因の1つでしょうね」

仲卸のなかで『特種物』といわれる高級魚を扱い、伝統的な料亭などを得意先とする伊藤氏は、いわゆる魚の旬を熟知している。日々、入荷する魚を見るうち、それまでの旬より早い時期にたくさん入ってくるとか、旬が終っているはずなのに、まだ続いているというようなことがしばしばあり、その理由を追跡してみた実感がこの捕獲技術の発達なのだろう。

いま正統な旬を守り続けているのは高級料亭だけ

以上のように、旬を分かりにくくしたり、ややこしくしている理由が6つもあがった。料理店などが、旬を売り物にする割には、本当の旬の魚がそれほどあるわけではないことも分かった。ただ、それにばかりこだわってはいは、商売にならないということなのである。だから、本当に旬のものが入れば当然、それを勧めてくれるはずである。

それでは、本当に旬といえるものに出会う機会ほどのくらいあるのだろうか。國崎教授はこう言う。「サンマ、サバ、アジ、イワシなど、日本の近海で捕れる、いわゆる大衆魚には、まだ旬が活着しているといいいでしょう。これは、旬のものを食べるのと、冷凍魚を食べるのでは格段の違いがあるはずです。しかし、高級魚は養殖も多いし、天然ものはびっくりするほど値段が高くなっていますから、あまり、食べる機会はない。つまり、高級魚を旬の時期に食べるのはかなり難しいといえると思います」

どうしても、いろいろな魚の旬を味わいたかったら、全国各地の市場を調べ、その時期にその地方に行くし



かない。今、旬を楽しむには、それくらいの努力が必要というわけである。

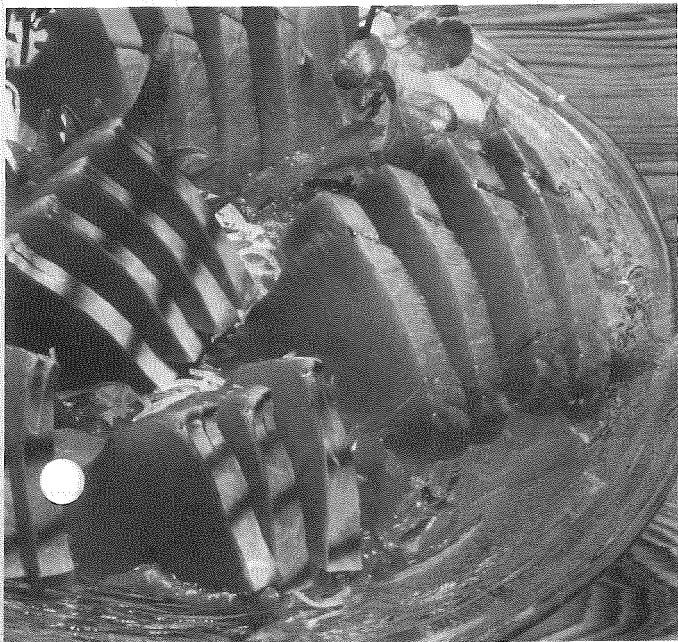
では、栄養学的にみた旬はどうなのだろう。

「確かに脂肪分の差は、旬の時期とそうでないときでは違いがあると思います。普通のときの脂肪が2~3%のものが、旬には7~8%になり、たんぱく質の18%前後というのはあまり変わりませんから、80%もある水分の量が少なくなって、その分、脂肪が増えているんでしょう。しかし、その他のビタミンなどの違いについてのデータは見たことがありません。そういう比較データは、まだないのかもしれない」

それは、あまりに固体差が大きかったり、捕る場所によって差があって、データがとりにくいためではないか、と國崎教授はいう。旬は、まだそれほど科学的には裏付けられてはいないのである。しかし、魚が一番元気がよく、おいしい時期はやはり、栄養価も高いに違いない。また、おいしく食べれば吸収もよいことは実証済みである。したがって、今でも旬を意識することは間違いなく、いいことなのである。

旬について、『美濃桂』の伊藤氏は2つの定義を聞かせてくれた。

「ひとつは、初ガツオの5月、アユの6月というように、俳句の季語に表現されているもの、もうひとつは、一般にいわれる産卵期前など、大量に捕れて手に入り



やすくなる時期ですね。しかし、正統というか、本当の旬というのは、俳句の季語になっているほうだと思います。これは、日本の食文化とも大きく関連していますからね」

現在でも、この正統の旬を守り続けているのは、もう高級料亭しかないと言います。伊藤氏はいう。

「いい寿司屋さんなんか、もちろん旬は見ます。しかし、寿司のほうは、食べて旨いものを優先する傾向が強く、旬でなくても旨ければ買っていきますよ。ところが、料亭のほうは旬の時期にあってなければ、絶対に取りません」

それは、注文の仕方にも端的に現れている。寿司屋さんは、白身魚を何キロというように注文してくるが、料亭はスズキならスズキのどのくらいの型を何キロというように必ず魚種を指定してくるという。

「こういう料亭は、もうどんどん少なくなっています。でも、たとえば外国からお客さんが見えたときに、これが日本料理の真髄というものを食べさせるようなところは、採算を度外視しても残すべきなんじゃないかと思えますよ。それは、日本の文化を守ることでもあるんですから」

こうした高級料亭に魚を納めるためには、扱う魚がどんな風に料理されているのかも知らなければならぬ。そのため、『美濃桂』のような特種物を扱う店で

は、昔、それぞれの料亭の調理場を御用聞きに毎日まわって、たとえば1匹のタイからどんな料理ができるのかを、つぶさに勉強したそう。そうでなければ、仲卸〜料亭の連絡プレーができなかったのである。したがって、料亭やその板前さんとともに今、正統の旬を支えるのは、近海の漁師さんを除けば、もう伊藤氏のような特種物の仲卸さんしかいないのかもしれない。とすると、國崎教授の指摘の通り、いわゆる大衆魚以外、私たち一般の庶民が正統の旬に触れる機会はほとんどないといえる。仮に旬の魚を求めて産地の市場に行ってみたところで、「一番いいものは、みんな築地に行ってしまう」といわれるように、天然の高級魚は地元市場でも手に入りにくいのである。

これまで見てきた通り、流通網の発達や冷凍技術、養殖技術の発達、さまざまな魚を季節を問わず、私たちの食卓に運んでくれる。しかし、それは一方で、四季の豊かな恵みに支えられた日本独特の風土が生み出した旬の感覚を失わせることにもなった。正統な旬の味覚には、もう高級料亭でしか出会うことができないというのは、やはり悲しむべきことである。それは、旬の味を本当に知り、味わえる人が極めて少なくなっていることでもある。農作物、たとえば旬のトマトなら、初夏から夏にかけて無農薬や有機農法で育てた露地ものを、そういう専門のお店などで手に入れることができる。しかし、「旬の天然高級魚」はそうはいかない。旬という言葉だけを一人歩きさせず、もう一度、よく考えてみる必要を痛感した。





「おさかなフェア'92」会場巡り

世界の珍魚や巨大魚に一同ア然。 新種の魚の試食会也大盛況

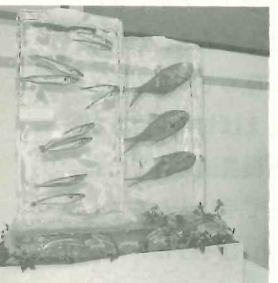
巨大珍獣ガストロに 子供たちはビックリ仰天!

10月。「天高く馬肥える秋」という言葉があるが、肥えるのは馬ばかりでなく、魚もまたアブラが乗って美



「おさかないろいろ わたしをみたことありますか?」とパネルに書いてあるが、珍魚・奇魚が鈴なりなのでわかる魚は割にも満たなかった。

▶午前10時、水産庁長官を中心とするお歴々によって、めでたく除幕式が行われた。

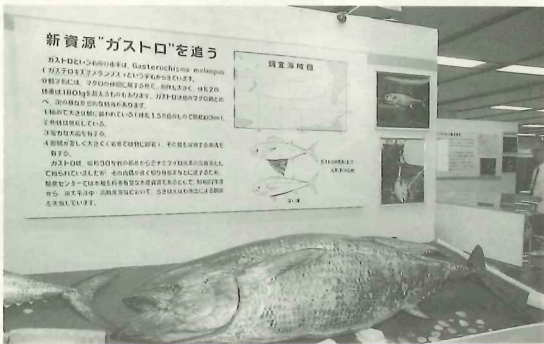


▲世にも珍しい凍りつけのキンメダイと新種の魚ブルーホワイティング。会場内でひと際目立つ「オブジェ」だった。



▲アカマンボウ、マンボウ、クロカジキ、バショウカジキ……どっちがどっちなのか、札を見ないとさっぱりわからない。

▼これが巨大怪獣カストロだ。歯はギザギザで鱗の大きさは赤ん坊の手のひらほどもある。味はマグロに負けぬほど美味だが……。



味い季節である。もちろん、裏を返せば「食欲の秋」。人間様にとっても美味しい食事を堪能しすぎて、体重計が疎ましく思われた方も多いことだろう。

そんな苦勞を知ってか知らずか、去る10月3日(土曜日)に世界の魚を一堂に集めて展示、即売、調理、そして試食までしてしまうという、「食欲の秋」を極めるイベントが行われた。その名もズバリ「おさかなフェア'92」。これは魚食普及月間である10月(知らなかったぞ)に行われる恒例の行事で、水産関係の団体・業者、と一般消費者が仲よく交流する「お祭り」である。探検隊員は今回初めてこのフェアを覗かせてもらったのだが、いや、お世辞を抜きにして面白かった。まず、何と言っても展示されている冷凍魚の種類豊富なコト!

アカマンボウ、ガストロ、トゲメヌケ、ニシネズミザメ、ガンギエイ、ギンガメアジ、ビンナガ、ブルーホワイティング、バショウカジキ、アカラブ、クサカリツボタイ……これは全種類の10分の1にも満たないほんの一例。上記の魚名を聞いて、半分以上の姿形が分かる人には、魚博士の称号を与えてもいいだろう。もちろん隊員は、見たことも聞いたこともなかった。

で、こんな珍しい魚がひたすら漠然と並んでいるだけなら単なる博物館だが、そこは水産庁が後援の「おさかなフェア」。それぞれの魚をテーマごとに分類して、各ブースごとに展示してあるのだ。この展示のタイトルは「第21回 海洋水産資源開発センター 魚種展示会」。名前はやや堅苦しいが、そのテーマ名はダイナミックだ。

「氷の海に漁場を拓く」「海山漁場の開発」「世界の海にマグロを追う」「新資源ガストロを追う」などなど、陳列された魚ともども迫力に満ち溢れていた。

特に今回の展示で大きな注目を集めたのが、新資源のガストロだった。このウルトラ怪獣のような名前の



▼「さあ、このマグロは何というマグロでしょう。よおっく目をバチバチさせて見てくださいね」元氣なお姉さんが繰り出す質問は難かしかつた。



日本鯉鮪漁業協同組合連合会

「さあ、これが中トロ、1本のマグロから中トロはこれしか取れないんだよね。大トロはもっともっと少ない！ ほい、これが大トロだ。なにしろ本マグロだからね、ちょっと、そこいらじゃ食べられないシロモノだよ」

▲巨大マグロのおろし実演会。この後にサシミの試食会があったものだから、他のブースでは「相手がマグロじゃしょうがないなあ」



◀サンマやイカの刺身をその場で食べさせてくれて、しかも格安の即売もある。ちなみに脂の乗ったサンマが5本で200円だった。

魚は、マグロ類の一種で全長2m、180キロにも及ぶ水戸泉級の巨大魚。異常なほど大きな鱗と発達した犬歯を持ち、学術名が「ガステロキズマランプス」とくれば、これはもう立派な怪獣である。お母さんと左手をしっかりと繋ぎながら、右手の人差し指で恐る恐るこの「ガストロ」をツンツンしている子供もいたが、これぞ生活に密着した理科の実験並びに社会学習ではなからうか。

「タクヤちゃん、コレがほら、いつも食べてるマグロあるでしょ、あの赤いおさかな、タクヤちゃんの好きな、あのおさかなの仲間なのよ」

お母さんのこんなお話を聞いた後の、タクヤちゃんの驚きの表情はなかなか見えて楽しかった。

黒山の人だかりができた 本マグロのおろし実演会

子供たちが大喜びしたのがこの「展示コーナー」なら、主婦が熱心に見て回ったのが各種水産団体の特設ブースである。たとえば、日本缶詰協会のブースなら「鮎子産の缶詰イワシのノリ巻」、全国水産物商協連では「近海アジ、サンマ、イカなどの刺身」、全蒲連では「さつま揚げ、イワシ漁師巻」、加工連では「イワシのカリント、ビーフと魚肉のスティックフライ」などなど、様々な海の珍味が試食し放題だったのだ。特に、全国水産物商協連の「お刺身コーナー」には長蛇の列ができてしまい、ブース内の板さんはてんやわんや。次から次に目にも止まらぬ早業で魚を捌き、皿に盛りつけ

る。試食だけでなく、サンマの即売なんかもしているから、その忙しさたるや半端ではない。

そして、午前11時。この全国水産物商協連のメインイベント「本マグロのおろし実演会」がスタートして、会場の熱気はピークを迎えた。9キロにもなる巨大なマグロの周囲には、びっしり100人ほどの観衆の輪ができる。熟練した手捌きで、すらすらすとマグロをおろしていく板さんに、200の視線が集中する。

「ほい、これが中トロ、1本のマグロから中トロはこれしか取れないんだよね。大トロはもっともっと少ない！ ほい、これが大トロだ。なにしろ本マグロだからね、ちょっと、そこいらじゃ食べられないシロモノだよ」

本マグロの大トロなんて、生れてから一度でも食べたことがあるのかしらん。隊員はツバを飲み込みながら、板さんが手にしたシロモノに見とれていたのだった。この後、解体された本マグロはまた試食用の皿に盛り込まれたわけだが、10mにも及ぶ行列ができたことは言うまでもないだろう。

もうひとつ、会場を沸せたのが、日本鯉鮪漁連のブースである。このブースではユニークなゲーム機を囲み、激しい景品の争奪戦が繰り広げられた。どんなゲームかという、まずはマグロに関する難しいクイズを解かねばならない。たとえば

「南アフリカのケープタウン沖で捕れるマグロは何というマグロでしょうか？」

隊員には手も足も出ない超難問である。司会の女の



「おさかなフェア'92」会場巡り

世界の珍魚や巨大魚に一同ア然。
新種の魚の試食会也大盛況

子がさらに続ける。

「南アフリカで捕れるマグロ……南のマグロ……ミナミマグロ……難しいですねえ」

答えはミナミマグロだった。こうして超難問をなんとなくクリアした全参加者がコンピュータ・ゲームのボタンを押して、みごと大当たりなら特製のテレカとベストセラーに輝く『マグロをまるごと味わう本』を受け取っていったのである。

一般の主婦や若者が
料理評論家に大ヘンシン!

この「おさかなフェア'92」の看板とでもいうべきイベントが始まった。本格的な魚料理の試食会だ。今年のテーマは「新しい魚種を使った料理」ということで、来場した人々の目は好奇心たっぷり。特設会場のテーブルの上には「ポラック卵のマダラコ風味」とか、「アメリカオオカイカのぬた」、「オヒョウの甘酢あんかけ」、「ガストロの角煮」などの家庭ではなかなか味わえない料理がところ狭しと並べられた。この試食会は実は品評会も兼ねていて、にわか料理評論家に変貌した若い主婦やおばあちゃんが、それぞれの料理の感想を用紙に書き込んでいく。

「魚肉にもう少し味がついている方がいい」

「味が強すぎる感がある」

「味がはっきりしていておいしい」

など、鋭い指摘があちこちで飛び交っていた。参加者の大半を主婦層が占めていたが、中には10代のカップルや、女の子のグループがポツポツといて目を惹いた。

「遊び気分で来たんですけど、思った以上に面白かったし、勉強にもなりました。たった1日だけの開催というのが残念ですね。来年は友達をもっといっぱい



▲見よ、この4人組のオバチャンの真剣な試食シーンを。ちなみにこの4人組の新種の魚に対する評価は、皆さん「美味しい」で一一致していた。

▶試食を楽しみにして会場を訪れた3人の若き美男美女。特に中央の乙女は、評価用紙にびっしり感想を書き込んでいた。



◀もちろん、お客ではありません。この試食会のサポート役のお姉さん、料理の説明とPRに力を注いでいた。

い連れてきたい」と、黒い服を着たかわいい女の子がポラック卵を食べながら言った。次世代の魚食文化を担う若者には、来年以降もっともっと参加してもらいたいものである。

さてさて、試食会など楽しいイベントの他に、漁船遣児育英募金（海の羽募金）や、漁場・漁法に関するビデオ放映、大日本水産会主催のスピードくじ付きアンケートなど、多彩な企画を大成功させて、「おさかなフェア'92」は無事に幕を閉じた。帰路につく主婦や旦那、若者の手には、即売の手土産や各種の本格的な冊子（「ツナ缶詰ヘルシークッキング」「スピードクッキング」「イワシ探偵団」「おいしいイワシ料理」「いか料理読本」などなど。これだけで魚料理のレパートリーは、数百に及ぶ）がしっかりと握られていたのが印象的だった。日頃からおろし魚しか見たことがない隊員も、巨大怪獣ガストロじゃなかった、ガストロなど数多くの魚本来の姿を拝むことができて大満足。「来年は一般客として参加しよう」と心に決めたのだった。

水

族

館

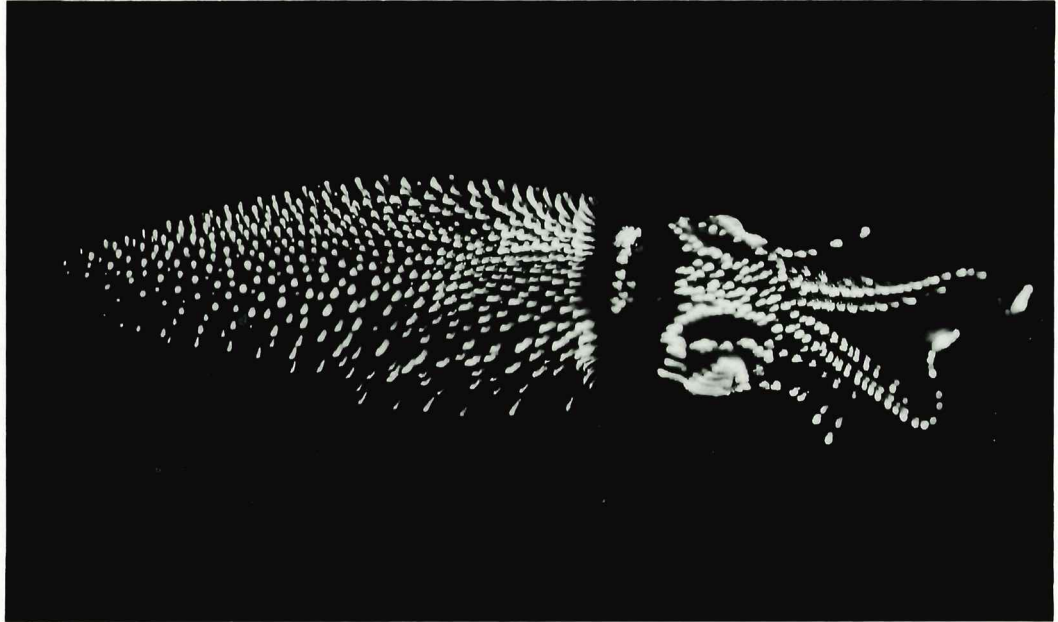
北アルプスの溪流から 日本海の深海まで

●魚津水族館 技師 稲村 修



魚津水族館

〒937 富山県魚津市三ヶ1390
☎0765-24-4100



◀ホタルイカの発光

魚津水族館は本州の日本海側の中心に位置する富山県で唯一の水族館です。大正2年に初代の水族館が建設されており、現在は三代目で昭和56年4月に新築オープンしました。

富山県は3000m級の山々が連なる北アルプス連峰を有し、水深1200mに達する富山湾に面しています。冬、山に降り積もった大量の雪は、春の訪れとともに急流をなして海に流れ込みます。この急流と豊富な水が富山県の河川の特徴といえます。また、富山湾の水面近くは対馬暖流の影響を強くうけているのですが、水深300mを超すあたりから「日本海固有冷水」と呼ばれる水温1℃以下の冷たい海が広がっています。このような複雑な環境が富山湾に多様な生物を育てているのです。

魚津水族館では「北アルプスの溪流から日本海の深海まで」をメインテーマとし、特に富山という地域に産する水生生物にこだわった展示をしております。一方、日本各地、世界各地でみられる特徴のある魚なども同時に展示しており、新鮮な驚きや喜びを感じていただけるようにも心掛けています。

富山県の淡水魚は通称「滝の水槽」と呼ばれる水槽で展示しており、上流の滝壺を模した水槽ではイワナ

とヤマメが泳いでいます。イワナは標高2000mを越す黒部川の源流まで生息しており、これは日本で最も標高の高い生息地といわれています。その他ウグイ、アユ、カンキョウウカジカなど、県内でよく見られる淡水魚を展示しています。

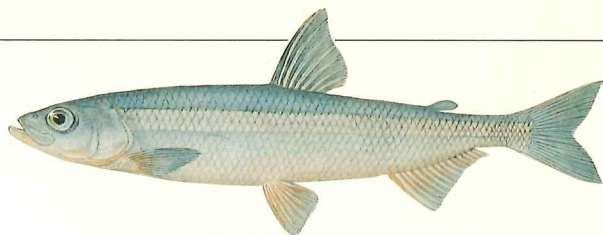
富山湾の魚で大型になるブリ、マダイ、ヒラメといった種類は、日本で初めて透明なアクリル製トンネルを設置した当館最大の海洋水槽(水量240t)で展示しています。富山県は定置網発祥の地といわれ、冬にとれる大型のブリは「越中ぶり」と呼ばれ珍重されています。冷水系水槽にはマダラ、ホッケ、ゲンゲといった魚の他に、ベニズワイガニ、トヤマエビ、オオエッチュウバイといった生物も展示しています。そして、魚津水族館ならではのホタルイカの展示です。富山湾では毎春、産卵のため接岸してくる群れを定置網で漁獲しているため生きたまま入手できるのですが、長く飼育できず4月、5月にだけ展示しています。

以上、まるで富山の味覚紹介のようになってしまいましたが、一般になじみの薄い生物の展示も試みておりますので、ご覧いただければ水生生物に対する理解の一助になるものと信じております。

Cooking

江上佳奈美の ワンポイント魚料理

10



ワカサギ (日本水産動植物図集)

わかさぎの香味漬け

淡水と海水の混ざる河口に棲息することが多いわかさぎ。最近是人的に繁殖させているところがほとんどで、日本中の湖沼にいます。頭からしっぽまで丸ごと食べられるので、カルシウムや鉄などを豊富に摂取することができます。今回はいったん素焼きにしてから油でカラリと揚げ、揚げたてを熱いマリネ液に漬け込みました。あらかじめ作っておけるので、パーティの時などオードブルとしてもおすすめの一品です。

■材料 (4人分)

わかさぎ200g、玉ねぎ1/2個、人参30g、赤唐辛子1本、んにく1片、サラダ油カップ1/2、塩、こしょう、揚げ油、レモン(薄切り)
マリネ液: A(白ワインカップ1/2、ワインビネガーカップ1/2、ローリエ2枚)、塩、こしょう各適宜

■作り方

- ①わかさぎはわたをつけたまま洗って水気を拭き、素焼き(焼き網かオーブン、またはオーブントースターで表面だけサッと焼く)にする。
- ②揚げ油を180℃に熱し、①をカリッとするまで揚げ、油をきる。(写真1)
- ③玉ねぎと人参はせん切りにし、赤唐辛子は種を取って刻み、んにくは薄切りにする。
- ④鍋にサラダ油を入れて熱し、③を入れていためる。
- ⑤④に水カップ1/2とAを加え、煮えたったら弱火にして味と香りが出るまで5分くらい煮る。次に塩小さじ1/2を加え、最後にこしょうを入れる。(写真2)
- ⑥バットに揚げたわかさぎを並べ、④を熱いうちにかけて漬け込み、半日以上おく。(写真3、4)
- ⑦充分味がしみたら漬け汁をきって器に盛り、レモンの薄切りをあしらう。

■ワンポイント

わかさぎを揚げる時は、一度に全部入れると油の温度が下がり、カラリと揚げにくいので、何尾ずつかを順に油を入れること。また、わかさぎもマリネ液もできるだけ熱いうちに漬け込むと、味がしみ込みやすい。

監修/江上佳奈美(料理研究家)



1 素焼きにしたわかさぎを熱した油に入れ、カラリと揚げる。



2 いためた野菜に水とAを加え、弱火で5分くらい煮る。



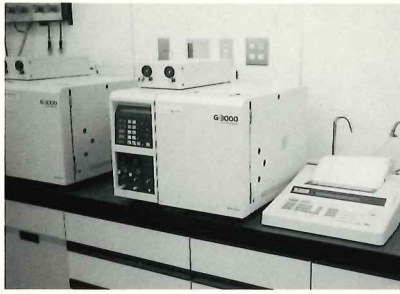
3 揚げたてのわかさぎに、熱いマリネ液をかける。



4 充分味がしみるまで、半日以上漬けて入れて出来上がり。



研究室には、究極の魚食を開発するための
ハイテク機器が並ぶ。



魚肉加工品の企画・開発に 全力投球

極洋 塩釜研究所

極洋 塩釜研究所プロフィール

住所：宮城県塩釜市新浜町3-20-1

電話：022-367-6777

組織構成：総務課、研究開発グループ（食品開発チーム、水産利用チーム、食品工学チーム）

スタッフ数：20名

鯨肉とともに発展し今や主婦の食生活のパートナーとして活躍する(株)極洋が誕生したのは昭和12年。その4年後の昭和16年、同社の研究開発を一手に引き受ける「水産研究所」が設立された。そこでの代表的な研究は、各種細菌の養分となる鯨ブイヨンの生産など、やはりベースは鯨肉や鯨エキス。昭和37年に「極洋研究所」として平塚で再スタートを切った時も、鯨肉の高度利用、鯨油の付加価値利用などをあれこれ研究していたようだ。現在の所長・大野潔さんは、この平塚時代から研究・開発に携わってきた。

「あの当時から、200カイリや各種漁業規制、捕獲制限など周辺が慌ただしくなってきましたね。ウチはあくまで鯨を主体にしてきましたから、煽りも大きかった。結局、平塚の研究所は昭和55年に一度消滅して、それから約10年のブランクが生じてしまったんです」

この10年のブランクの間に消費者の生活水準や高級志向はぐんとアップし、大手の水産会社は漁業から冷凍食品やレトルト食品などの商品開発に比重を置き始めた。極洋も例に漏れず、冷凍食品を始めとする様々な高付加価値商品を開発しながら、業務の軌道修正を図っていったのだった。

そして、平成3年2月、宮城県塩釜市に総工費2億円をかけた建造物「塩釜研究所」がオープンした。

「正直、他社さんに比べると10年のブランクの分だけ遅れをとっています。スタッフも平均年齢20代半ばと若いし、スタッフ数もまだ少ない。最初から総花的に研究すると、どれも底の浅い研究になるケースも考えられますから、まずは商品開発に全力を投じて実績を挙げるつもりなんです」



「10年後を見据えて魚と対話していきたい」
大野所長（写真右）と
白鳥次長。

大野所長は「まだこれからの研究所」と考えられているようだが、確かにピカピカの施設といい、大学院を出て間もない若いマスターが揃っているスタッフ事情といい、今後10年後あたりが楽しみである。現状は、本社の販売部（アイデア、消費者の声）と隣接する製品開発工場（サンプルの製作、テスト商品の生産）との三位一体で、新商品のテストプラントに忙しい。スタートしてから1年半の間に、手掛けたテスト商品は優に100を超えるそうだ。

「いろいろなアイデア商品が製品化の一步手前までいって、結局ボツになっていきました。ただ、この試行錯誤の繰り返しがまだ白紙の状態に近い当研究所の貴重な財産になっていくと思います」（白鳥善宣同研究所次長）

所内の設備は、製品に直結する機材・器具が大半を占める。新製品の成分・鮮度・味・香り・触感・容器の材質などをコンピュータで自在に分析できる装置が並ぶ。本当は、バイオやDHAなどの研究にも参入したいのだが、今はあせらず新商品の企画～製品化までのプロセスに力を注いでいるのだ。

「魚肉を中心とする製品づくりがあくまでも基本。それから魚の未利用部分に付加価値を持たせる研究。さらに、水産加工業の人材難に対応した生産システムを確立させたいですね。本来のシンクタンクとしての基礎研究に本格的に取り組むのは、この3点の実績を築いてからになると思います」

大野所長は、開発中の野菜入り魚肉ウィンナーを摘みながら、こう抱負を語った。

おさかな

クイズ4

さて今回は久しぶりにクロスワードパズルですが、頑張って挑戦してください。

ドパズルです。ちょっと難しいものも
ださい。

1		2	3		4				5		6
		7						8		9	
10	11				12	13				14	
	15			16					17		
			18					19		20	
21			22								

(解答は21ページ)

[タテのカギ]

- ①おなじみの出世魚ブリの若い頃の呼び名。
- ②あまりのおいしさにご飯が足りなくなるのが名前の由来とか。
○○カリ。
- ③釣ってよし、食べて良しの深海釣りの代表魚。○○○ダイ。
- ④大きな胸ビレが特徴。椀だねや鍋物で美味な冬の魚。
- ⑤カツオの仲間だが胸にいくつかの斑点がある。ヤイトとも呼ばれる。
- ⑥ホンマグロの幼魚名。
- ⑧イワシの一種。○○イワシ。
- ⑨長崎県ではトビウオのことをこう呼ぶ。
- ⑩ブリをスマートにしたような魚で虹色のラインが美しい。味も一級品。
- ⑪古代魚のようでグロテスクだが、専門に狙うルアーマンも多い。
- ⑫サケの仲間。ニジ○○、サクラ○○など種類も多い。
- ⑬空飛ぶ魚といえば○○ウオ。
- ⑭サケのことを○○シラズともいう。

[ヨコのカギ]

- ①ダイバーからマンタと呼ばれている人気者。○○○○エイ。
- ②アイナメに似た北海道の魚。素朴な味の開きが最高。
- ③1回に2〜3億粒もの卵を産むという多産No.1の魚。
- ④寿司ダネにも絶品のアジの仲間。1mくらいの大型になるとオカミと呼ばれる。
- ⑤サンマの仲間で細長いのが特徴。種類によって50〜100cmくらいになる。
- ⑥カラスミといえばこの魚。
- ⑦サバの仲間。体にたくさん的小黒斑があることから○○サバと呼ばれる。
- ⑧深海性の魚。アカ○○、シロ○○、クロ○○という似た名前の魚がいるが本来は別種。
- ⑨別名スミイカ。背中に甲羅があることからこの名前がつけたい。
- ⑩おさかなフェアでも注目を集めた新顔の魚。マグロに似ているがウロコが大きい。
- ⑪刺身、照焼きが美味な冬の代表的な魚。出世魚。
- ⑫ひれ(びん)が長いのでこの名がつけたい。シーチキンの原料にもなる。



シルバーエイジのた めの魚調理の心得 いきいき魚の健康学

國崎直道(女子栄養短期大学教授)

魚の脂肪は理想的な油

近年、魚の脂肪に含まれる生理活性物質（機能性物質）が注目をあつめ、この「魚」でもしばしば取り上げられて来ました。この生理活性作用を持つ高度不飽和脂肪酸のEPA（エイコサペンタエン酸）やDHA（ドコサヘキサエン酸）は、イワシ、サバ、サンマ、マグロ、ブリなど、いわゆる背の青い魚にたくさん含有しています。EPAとDHAの生理活性はよく似ていますか現在のところEPAの研究の方が、DHAより進んでいますので、近い将来その機能性をうたった特定保健用食品素材のひとつとして認可されるのでは、と期待されています。

これまでたびたびEPAの生理効果について、述べられてきましたが、整理してその効能を列記しますと次のようになります。

1. 血中のコレステロール低下作用がある。
 2. 血中の中性脂肪の低下作用がある。
 3. 血圧の低下作用がある
 4. 血小板凝集抑制作用がある。
 5. 血液粘度の低下作用がある。
 6. ガン（乳ガン、大腸ガン等）の抑制効果が期待できる。
- などです。

私達は加齢とともに動脈硬化症、血栓症、脳梗塞症、心筋梗塞症などの血管系の病気にかかりやすくなります。またその前駆症状として高脂血症や高血圧症になる方が非常に多くなっています。さらに、近年種々のガン罹患率も年々高くなってきているのが現状です。

こうしたシルバーエイジがかかりやすい症状や病

気予防のためにも、前記のような効果が認められている魚介類の摂取が勧められているのです。

平均寿命の伸びは 脂肪摂取の増加が一因

ところで、日本人の平均寿命が短期間にこれほどまでに伸びたのは、世界的にも例を見ません。寿命が伸びた要因として、経済復興、医療技術の向上、食生活の安定などがありますが、この食生活の中で脂肪摂取の増加が一因であることは間違いありません。国民1人1日当たりの脂肪の摂取と平均寿命の関係を年次的に表に示しますと次のようになります。

■日本人の脂肪摂取量と平均寿命の年次変化

	昭和30年	昭和40年	昭和50年	昭和60年	平成元年	
脂肪摂取量(g)	20.3	36.0	55.2	56.9	58.9	
動物脂肪(g)	—	—	26.2	27.6	28.3	
平均寿命(才)	男	63.6	67.7	71.7	74.8	75.9
	女	67.7	72.9	76.9	80.5	81.8

国民栄養調査より抜粋

この表から、日本人の平均寿命の伸びは、明らかに脂肪摂取量と関係のあることが判ります。すなわち脂肪摂取が増加することによって寿命も着実に伸びているということです。この表には示しませんでした。昭和48年以降1日の脂肪摂取量は50gを越え、それとほぼ同時に、男女とも平均寿命が70才以上になりました。(注1)

栄養学的には脂肪の摂取割合は総エネルギーの25~30%が理想的といわれ、現在の日本人の食生活がちょうどこの割合に入っております。この割合は欧米先進国に比べ10%程度低い値となっていて、日本の食事は低脂肪食といわれる所以です。

平均
女性
男性

注1：先頃厚生省から発表された平成3年のデータでは男76.1才、女82.1才とスウェーデンやスイスをおさえて世界最長寿命の座を保持しています。

人の寿命は110~120才が限度と考えられ、また、今後、極端な脂肪摂取量の増加もなければ、その理想的な摂取割合も変化しないと思われ、寿命の伸びも頭打ちになると考えられます。しかし少なくともこれまでの日本人の寿命の伸びは脂肪摂取の増加が大きく貢献してきたとあって良いでしょう。

寿命と魚の脂肪の役割

食品中の脂肪には常温で液体の油と固体の脂があり、その性質は油脂を構成している脂肪酸の種類と含量によることは良く知られています。魚介類の油は植物油と同様、液体で魚油と呼ばれますが、植物油との大きな違いは前述のような生理活性の強い高度不飽和脂肪酸が含まれることなのです。

植物油には私達の生命維持に必要で、しかも食品から必ず摂取しなければならない不飽和脂肪酸のリノール酸が多量に含まれていますが、EPAやDHAは含まれていません。そしてこのリノール酸の摂り過ぎは乳ガンを誘発する可能性も指摘されているのです。ところが魚介類の高度不飽和脂肪酸にはこれを抑制する効果があると報告されています。

食生活における脂肪の摂取については、植物性脂肪と動物性脂肪の摂取比率は1~2:1が、また飽和脂肪酸：不飽和脂肪酸の比率は1:2がよいといわれ、その総エネルギーに対する摂取比率は前述の25~30%が望ましいとされています。そしてこの条件は昭和50年代から、ほぼクリアしているのです。

魚介類の油は液体で飽和脂肪酸：不飽和脂肪酸の比率はほぼ1:2で、しかも生理活性の高い高度不飽和脂肪酸(EPAやDHA)が多量に含むものですから、今日の日本人の寿命が伸びたのは知らず知らずのうちに魚介類を多食してきたお陰であったと考えられます。

本誌、74号でも述べました通り、魚介類は良質のタンパク質を豊富に含み、また、魚介類のペプチドには成人病の元凶ともいえる高血圧の予防効果が認められています。そして脂肪にはこれまで述べてきたように種々の生理活性があります。まさしく魚介類はシルバーエイジにとり理想的な食品といえます。

ただ、魚介類は鮮度が落ちやすい食品です。また、脂肪の酸化が進みますと、いわゆる油焼けの状態になり、時には食中毒にかかる危険性すらあります。魚介類は生食する機会が多いものですから、鮮度にはくれぐれも気を付けて、鮮度の高いものを食す習慣をつけねばなりません。



本塩釜駅前やみ市

宮城県

宮城県の塩釜市には本格的な魚市場（卸売）とたいそう立派な中卸市場が並ぶようにして建っている。どちらの市場も、塩釜市内はもちろん仙台の市民にまで広く知れ渡っている超有名市場だ。ただ、早朝から午前10時くらいまでの営業（中卸市場は正午くらいまで店が残っている）なので、業者、商店相手の商いが多い。

一方、同じ塩釜市内には薄暗い一本の路上にわざわざと魚が並び始めるという、怪しげな市場がある。仙台駅からJR仙石線の快速で約15分。本塩釜駅で降りて左に3分ほど歩くと、その見るからに怪しげな市場に遭遇するのだ。小路の幅はほんの1、2メートル。長さは約10メートル。駅に続くメインストリートから少し奥に入り込んでいるので、ぼんやりしていれば見過ごしてしまうような「路地裏」だ。ただ、ひとたびこの路地に足を踏み入れたら、戦後のどさくさを彷彿

させるような賑やかな出店が出現するのだ。魚にしても丸ごと1本ままのブリやシャケが路地の右側に乱雑に放置され、左側にはやたらと元気なニイサンネエサンが客の横に立って交渉し始める。

「お兄さん、このスジコ、ほら、1パック1500円だけどさ、2パックで1500円でいいや」

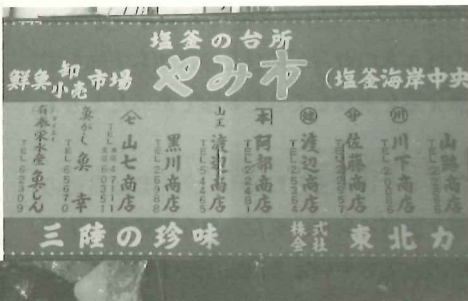
「この笹カマボコ、どこで買っても1箱800円だけどさ、4箱2000円にマケとくよ」

この勉強の仕方もハンパじゃないが、それよりなにより薄暗い路地でぼそぼそ商談を持ちかけてくる怪しい雰囲気自体が実に楽しいのである。もちろん、誰も客がいなければ、ちょっと尻込みしてしまうだろうが、どうして、まだ昼間だというのに地元客と観光客で埋めつくされている。

「いつごろから始まったのか知らないけどさ、とにかくここは昔から『やみ市場』って呼ばれてたんだよ。ほら、三陸はなんだって捕れるからさ、漁師が持ち運んでこっそり売り始めたんだらうね。こんな市場は全国でも珍しいだろ。だからね、観光客はみんな口コミで聞いてくるしね、観光バスもその車庫に乗りつけるんだよ。どのお客さんも喜ぶよねえ、こんなトコで買物できんだから」

とクジラの脂身を包丁で切りながら、店のオバチャンが聞かせてくれた。この狭い『やみ市場』には、確かにあらとあらゆる魚貝類が乱雑ながらも合理的に並べられているのだが、特にクジラが目を引く。昔ながらのクジラのメッカ・金華山はこの塩釜港のすぐ近くである。今でこそ捕鯨は廃れてしまったが、それでも塩釜市民の食生活には欠かせない動物なのだろう。

クジラの他では、やはり三陸名産のカキを始めとする貝類がとても多かった。カキは殻付きの生食用と、ムキ身のカキ酢用に別れる。それからホタテほどに巨



▲みずから「やみ市」と名乗る大胆な看板。この看板下の洞穴みたいな通路にぎっしり店が詰まっているのだ。

▲小ぶりながらもグロテスクさは相変らずのアンコウ。近海モノだそうだが、やはりここでも高級魚だ。



▲塩釜といえば鮮魚と鯨とそして笹かまぼこ。一人で10箱以上も買っていく観光客も多いという。



◀これが迫力満点のスジコはみ出しシャケ。これで1本4~5000円は、お買い得。

▶北洋マスの隣に寝そべっているガラスみたいのが、鯨の脂身。鍋にいろいろ具を入れて煮込む「クジラ汁」は絶品だ。

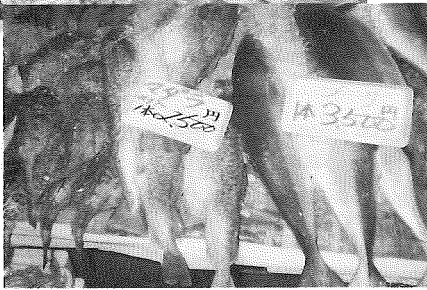


▼若い兄さん姉さんが店頭を仕切っている店も。タンカや値段交渉はベテラン顔負けのうまさだった。

◀狭い小路をさらに思い切り狭くしている魚の棚。鮮魚の面積当たりの密度は、日本一かもしれない。



▶三陸の漁師の心意気を投影したような、男らしいレイアウト。マダラもブリも生き生きしているように見える。



大きなハマグリと、ハマグリほどに巨大なアサリと、アサリほどに巨大なシジミがあちこちの水槽に入っていて、びっくりさせられた。さすが、宝庫と呼ばれる三陸の海。魚類ではこぼりのアンコウとオコゼがでんとふんぞりかえっていた。最近、めっきり捕れなくなったアンコウだからして「輸入ものでしょ」と尋ねると、クジラのオバチャンが怒りながら「何いってんだ。すぐそこで捕れたもんだぞ。捕れないもんなんてないんだって、三陸はよ」と叫んだ。

それから、切り裂かれた腹から生イクラがびろびろとはみ出しているシャケなんか、いかにも『やみ市』らしい怪しげな風情を感じさせた。

「イクラ1本買うんだったら、コレ買った方がよっぽどトクだぞ。これ5キロくらいで、ま、5000円だな。ウチはメスのシャケしか売らないから、ここにあるのはみんなピッタリイクラ入ってっからよ。イクラだけだと1本で2900円。な、どっちがトクだ?」

シャケ売りのオッサンはこう言ってから、また声を

落として囁くのだ。

「シャケ、マケど。1本4000円。兄さんだけ、特別だぞ」

ここまで客と売手が密にコミュニケーションをとる市場も珍しい。値段を下げる交渉に入る時には、もうすっかり旧知の仲であるかのような話し方になっている。きっと、昔の市場、つまり日本全国どこにでもあった『闇市』は、こうして1対1の真剣勝負で売る方も買う方も臨んだのではないか。広くて快適な市場はもちろん素晴らしいが、逆に狭い路地をひしめき合いながら獲物を探すのも市場巡りの醍醐味である。この塩釜の『やみ市』は、我々が忘れかけている本来の市場の姿を思い出させてくれる、そんなノスタルジックな市場だった。

本塩釜駅前『やみ市』インフォメーション
場所/JR本塩釜駅下車、左手の路地を突き進んで最初の信号を左折し5メートルほど歩くと発見できる。
営業時間/午前9時半~午後6時半頃
休み/特になし。毎日必ずどこかしらの店が営業している。

BOOKS

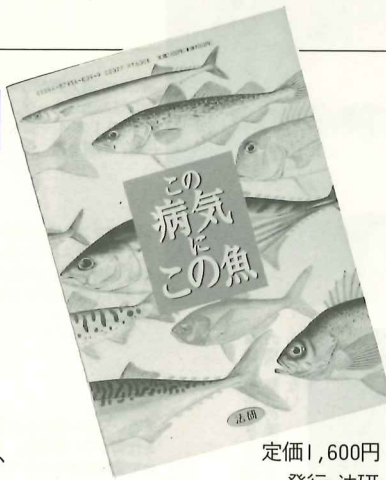
病気を遠ざける
魚の料理と栄養学

『この病気にこの魚』

(國崎直道 著)

肉より魚を選ぶことがオシャレでスマートで知的になってきた感のある今、食べ物としての魚の栄養と病気予防や改善の効果をわかりやすくまとめてくれたこの本が注目を集めています。

例えば、タウリンという物質は、血液中のコレステロールを減少させたり、血圧を正常にする働きをして、動脈硬化の予防に効果的だとされていますが、これを豊富に含むのがイカ、マグロ、



定価1,600円
発行 法研

カキ、ホタテガイといった魚介類で、しかもその含有量は牛や豚や鶏などの畜肉をはるかにしのいでいる、といった具合に、データに基づいて語られている話には、いちいち納得させられてしまいます。料理法や新鮮な魚の選び方などもあり、楽しく読める本です。

10万件の 最新水産機関情報 『最新版・ 全国市場ガイド』

近年、生鮮食料品などの流通をめぐる環境の変化には目を見張るものがあります。この本は、全国の中央市場の関係各機関をはじめ、水産関係の主要団体など約10万件に及ぶ事業者、団体機関の最新情報を収録した物です。

水産をはじめとする中央関係各庁から全国都道府県別の市場関係団体の他、水産関係の組合、団体機関、青果、輸送、冷蔵庫、チェーンストア、大手水産会社へのアクセスも可能です。

また全国の中央市場情報には機関施

さかなUP-DATE

BOOK・SPOT・TOPIC・GOODS

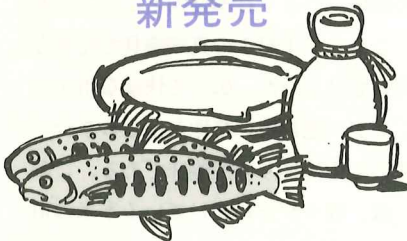
F / S

TOPIC

秋田

「岩名(イワナ)骨酒セット」

新発売



溪流の多い秋田県ならではの肴が登場しました。真空パックされた岩魚を取り出してこんがり焼き上げた後、岩魚の形をした徳利にこの岩魚を入れて熱かんを注げば、香ばしい骨魚がでるというシステム。

徳利とぐいのみ各1個、酒、岩魚2匹のセットで4,500円。●問い合わせ/
☎0188-23-9928 (アイ・キャン)

日立

魚センターが
日立にオープン

水産物の普及・振興などを目的として第3セクター方式で建設中だった「日立おさかなセンター」が、8月6日にオープン、連日買物客で賑わっています。このセンターは、地元の久慈漁協で6年前から開かれていた「いきいき魚市」(日曜のみ)の規模を拡張して常設にしたもので、1000平方メートルの鉄筋2階建て。1階には地元の大

衆魚から全国各地から直送された水産物を8店舗で販売し、2階には消費者の意向に基づいて作られたアンテナショップなどが開設されています。主催者は「今後、周辺にシーフードレストランやショッピングセンターを誘致して、地域の振興・活性化を図りたい」と話しており、新しいおさかなの名所になることは間違いないようです。

大阪

「魚とハーブの組みあわせ」
が大人気

お茶や香辛料、また香りのインテリアとして日本の家庭にも定着し始めてきたハーブと魚が結びついて、若い女

設、取扱い高などの実用的なデータも加えられています。各方面で多角的な情報ネットワークのすすむ現在、水産機関の情報源として欠かせない一冊です。

定価12,000円
発行 日刊食料新聞



漁師の食べる 魚料理を追って 『魚派列島 ——につぼん雑魚紀行』 (甲斐崎圭著)

雑魚という言葉の響きには、大物に対する小物、何か価値のないような否定的なニュアンスがあります。でも、「売り物にならない」からと漁師が船上であるいは家庭で食べている雑魚料理の何ともおいしそうなこと！ブツ切り雑魚から出るダシと味噌だけの大敷鍋、カマスの塩辛、ウツボの干物、魚醬。「売り物にならない」というより「売り物にしない」で、その土地だけで大切に無駄なく食べられている雑魚。著者



定価1,600円
発行 日本交通公社

の訪ね歩く先々の土地で、とれる雑魚の種類も食べ方も違う。日本列島の広さを改めて感じます。また海の男たちの日常にさりげなく溶け込んでいく著者の姿勢には少しも嫌味がなく、読めば読むほどに食欲をそえられる本です。

H ● E Y E S

性の人気を集めています。大阪・梅田の阪急百貨店では今年6月から魚売場に「フィッシュ・アンド・ハーブ」を新設し、旬の魚の切り身にハーブを組み合わせてバック詰めをしています。

「イワシのレモンバームを使ったハーブ揚げ」や「サーモンのタイム風味の香草蒸し」「イトヨリのソテー・ディルソースがけ」などのメニューが日替りで登場し、平日で130バック、休日には200バックを超える人気商品になっています。家庭料理が一段とお洒落で楽しいものなりそうです。

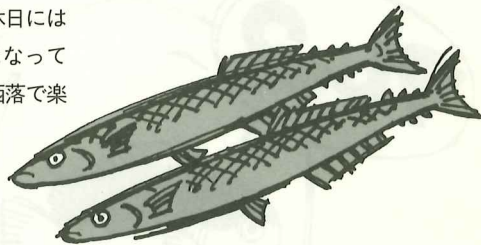
身を食べさせてくれる店も増えてきたとはいえ生食できる地域は限られていましたが、鮮度のいいうちにおろして冷凍することで、全国で食べることが



山口

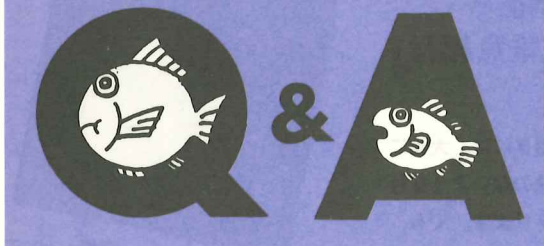
サンマの刺身、薫製、 昆布じめを新発売

秋の食卓には必ず何度かお目見えするサンマ。塩焼きや煮つけの他にもこんな味があると商品化されたのが、サンマの刺身、薫製、昆布じめです。刺



できるようにしました。薫製、昆布じめも、酒の肴にご飯の友にすしネタにと、いろいろな場面で楽しめそうです。小売価格は刺身1,300円(3匹分)、薫製1,800円(4匹分)、昆布じめ1,800円(5匹分)。●問い合わせ/ ☎08382-2-0812(井上商店)

おさかな



北極や南極では氷に穴を開けて釣りを
をするそうですが、氷の下の魚が海
中で生きてそのまま凍ってしまうことは
ないのですか。(広島県・小塩光子)



A 海の魚がそのまま凍っていたら、魚を食べようとする人間にとって好都合ですね。冷凍ものでこれ以上鮮度のいいものはありません。けれども、残念ながらこういう話しは聞いたことがありません。

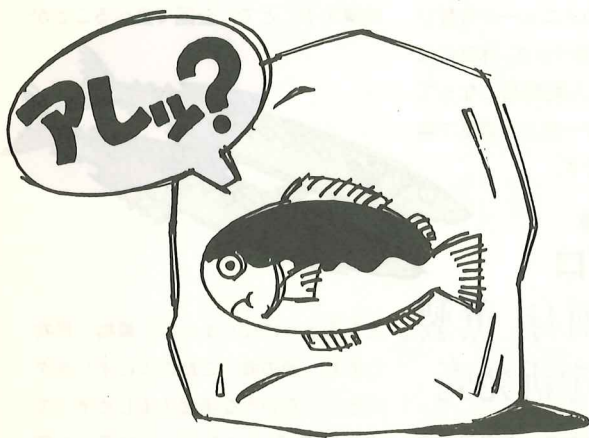
実際にこんな実験をしたことがあるのかどうかはわかりませんが、たとえば家で飼っている金魚を南極に

運んで行って氷の海に放りこんだとします。金魚はそれほど時間を要せずに死んでしまうでしょう。(死んでしまった後に凍ることはあるかもしれません)。魚には、その魚が生きていくのに適した温度があり、温かい海の中でしか生きられない魚もいれば、逆に氷の浮く冷たい海の中でしか生きられない魚もいます。水温が、適応できる範囲を超えて高かったり低かったりすれば、塩分の濃度同様に魚の生死を分かつ条件にもなるのです。

さて北極や南極の氷の下に棲む魚は好んでそこにいるわけですが、それにしてもなぜ海水も凍る海の中で生きていくことができるのでしょうか。

海水は普通 -1.8°C で凍りますが、ま水は 0°C になれば凍ります。ま水に、不純物が加わるほど、氷結する温度は低くなっていくしくみです。魚の場合は血液という複雑な「不純物」を保有しているとともに、その血液中に「何か凍らないための特別な成分」を含んでいるらしいことがわかっています。

【取材協力 京急油壺マリンパーク】



—ご質問歓迎—

暮らしの中で感じた魚に関するご質問をお寄せください。誌上採用分には粗品(図書券5,000円分)を贈呈します

河豚

(フグ)

ほろ酔いコラム 森下賢一 (エッセイスト)

酒のさかな



寒くなると条件反射的にフグが食べたくなる。貝塚からもフグの骨が出土するので、日本人はずい分昔からフグを食べていたらしいが、当然、毒があることも知っていたのだろう。「あら何ともなやきのふは過てふくと汁 芭蕉」など、俳句や江戸川柳を見ても、かなりよく食べられ、かつ恐れられていたことがわかる。今は、フグの毒を解毒する薬や血清も開発されているらしいが、市販されているわけではない。免許制で安全度が向上したから、需要もないのだろう。

フグはみな有毒なわけではなく、サバフグのように無毒のフグもいるが、毒フグも生まれつき毒があるわけではない。養殖のフグは毒がほとんどない。毒は海底の堆積物中の細菌が作り、それを食べた虫や貝などをフグが食べて段階的に濃縮されたものらしい。

フグは低脂肪高たんぱくで、その旨さはアミノ酸が主体というが、身そのものに味はほとんどなく、それを薄切りにし、ポン酢をつけて初めて美味となる。ポン酢と独特の歯ごたえが、フグの美味の身上といえる。

日本近海のフグは二十種以上というが、主として料理にするのはトラフグ、マフグ、シヨウサイフグなど。市場価値のあるフグは約十種。トラフグが最高とされるが、アカメフグのほうが旨いともいう。シヨウサイフグは安いフグの代表。毒がある箇所はまず卵巣と肝臓だが、フグの種類や取れ

た場所、時期などで皮や腸、睾丸などにも毒がある。身(肉)や血は無毒。白子は食べられるが、卵とキモはダメなのだ。

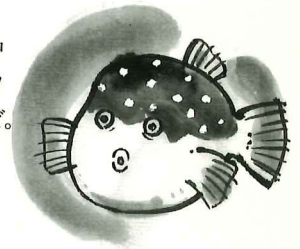
コチやマガレイ、カワハギは、薄切りにしてポン酢で食べればフグとあまり変わらない。ことにカワハギはもともとフグの親類だから、フグの肝臓の味が知りたければカワハギの肝臓を食べろという。

料理は薄造り(てっさ)、鍋(てっちり)が人気だが、ひれを干して焼き、あつ爛に入れたひれ酒も、寒夜にはこたえられない。一夜干しも絶品。皮の内側のゼラチン質の「とおとう身」も肴にいい。骨つきの身のから揚げもいい。

最近フグも福井、和歌山、鹿児島などでかなり養殖されているが、養殖は全部無毒というわけではなく、毒のあるものもある。値段は、養殖ものが安い。

世界でフグを食べるのは、日本以外では中国、韓国ぐらいだ。中国は甘辛の煮込み、韓国は鍋が多いがセリを一杯入れてトウガラシをきかした鍋で、かなり日本と違う。ニューヨークに日本のフグ料理が進出し、アメリカ人にも人気を呼んだこともあった。

フグを河豚と書くのは、中国では産卵期に河を遡るカワフグを主として食べるからだ。



編集室から

◆新鮮な、それも旬真っ盛りの魚を味わってみると、魚ってこんなに美味しいものなんだと、あらためて感じてしまいますね。しかし、魚屋さんの店頭には一年中豊富な魚が並び、ともすれば旬の感覚が薄れてしまいがちな昨今です。旬って何でしょう。どうして旬の魚が美味しいのでしょうか。今回の特集では旬について考えてみることにしました。美味しい魚を上手に選ぶための参考になればうれしく思います。

◆さかな探検隊は、盛況だった「おさかなフェア」に潜入しました。ふだん見たこともないような魚が会場いっぱいに表示されているだけでもびっくり。即売や試食のコーナーもあり、興味津々の取材とな

りました。でも、たった一日のフェアと聞いてとても残念。来年は何日にもわたって開催して欲しいと切に感じました。

◆おさかなクイズ (13ページ) の解答

イ	ト	マ	キ		ホ	ツ	ケ		ス		メ	
ナ		マン	ボ	ウ					シ	マ	ア	ジ
ダ	ツ		メ		ボ	ラ		コ		ゴ	マ	
		ム	ツ		コ	ウ	イ	カ		マ		グ
		ブ		ト			ギ		ガ	ス	ト	ロ
	ブ	リ			ピ	ン	チ	ョ	ウ			キ



第75号 平成4年11月30日発行(隔月刊)



社団法人 大日本水産会
おさかな普及協議会

〒107 東京都港区赤坂1-9-13三会堂ビル TEL03(3585)6684