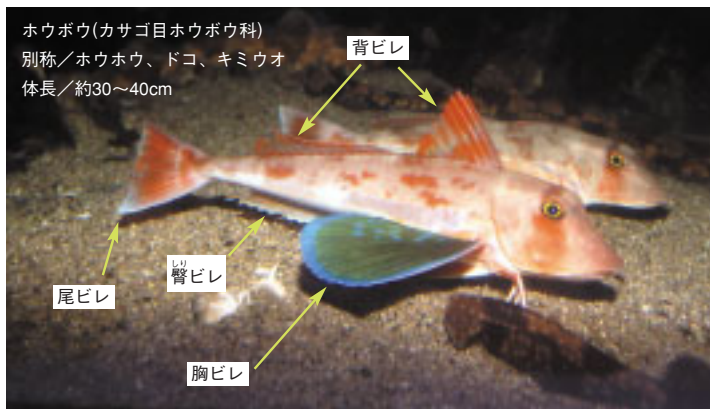


うお  
**ちぼ**  
**魚**〜**きんぐ**

No.4 **ホウボウ**  
魴鱈



ホウボウ(カサゴ目ホウボウ科)  
別称/ホウホウ、ドコ、キミウオ  
体長/約30~40cm



いるので、とても器用に動かすことができます。この“足”と尾ビレで這うように進みます。またこの鰭条の表面には「味蕾」という感覚器官がたくさんあって、触覚や味覚を感じることができるので、エサを探すの

に重要な役目を果たしています。

日本近海には17種の近縁種がありますが、特に似ているのがカナガシラです。ホウボウを方言でカナガシラと呼ぶ地方もあります。よく比べてみるとホウボウよりも胸ビレが小さく、頭先の先がとがっていて、体の色はそれほど派手ではありません。



カナガシラ

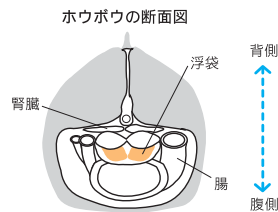
## 海底に響く鳴き声

ホウボウは浮袋の薄い膜を筋肉で振わせて「ポー、ポー」と音を出します。音を出す理由ははっきりしませんが、相手を威嚇したり仲間へ危険を知らせる何らかの



↑ホウボウの稚魚。全体に茶色く、胸ビレは黒っぽく、美しい色彩はまだみられません

合図と考えられます。ほかにもニベ、フグ、カサゴなどが、浮袋を伸縮させたり骨や歯を摩擦するなどして音を出します。ところで、ホウボウの名前の由来はこの鳴き声からとする説もあります。そのほか、四角い頭の形から「方帽」という説、カナガシラを髯髯とさせるので漢字を「魴鱈」と書いて読ませた、という説などさまざまです。



## 千葉県産が東京でNo.1

千葉県のホウボウの漁獲量は約123 t (平成14年・属人統計)で、そのうち約42.3%が銚子漁業区で漁獲されています。全国統計はありませんが、東京都中央卸売市場での取扱量は千葉県産が一番多くなっています(下表)。銚子漁港でホウボウの水揚量が一番多いのは4月です。これは産卵期を迎えたホウボウが沿岸近くに移動してくるため、漁獲されやすくなるからです。産卵期は春から夏にかけてで、日本近海でも場所によってかなり異なります。ホウボウを専門にする漁はなく、底びき網で海底近くに生息するヒラメやカレイ、エビ、マダイなどと一緒にも捕れることが多く、ほかに延縄漁や刺網漁でも捕れます。釣りでも同様に、

### 東京都中央卸売市場・ホウボウの出荷地 BEST 5

|        | 取扱量(kg) | 取扱高(円)     | 平均卸値(円/㎏) |
|--------|---------|------------|-----------|
| 1位 千葉県 | 54,336  | 56,799,549 | 1,045     |
| 2位 東京都 | 26,865  | 21,451,013 | 798       |
| 3位 三重県 | 18,053  | 18,440,096 | 1,021     |
| 4位 愛知県 | 15,403  | 17,255,228 | 1,120     |
| 5位 茨城県 | 10,011  | 9,882,508  | 987       |

資料「平成14年東京都卸売市場年報水産物編」

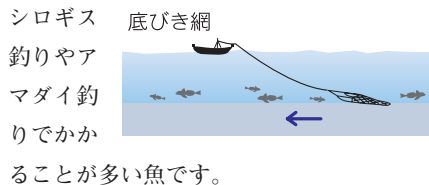
## 美しいヒレと味がわかる“足”

ホウボウは北海道南部以南の日本各地の沿岸と南シナ海にかけて生息しています。水深20~100mくらいの砂泥の海底にすみ、エビやカニ、小魚などを食べます。角張った頭は固く、体長の3分の1以上ある大きな胸ビレは扇のように広げることができ、内側は緑の地に青の斑紋が鮮やかです。

足のように見えるのは胸ビレの一部が変形してできたもので、「味蕾(ヒレの膜を支えるすじ)」といいます。左右に3本ずつある鰭条はそれぞれに独立した筋肉がついて







銚子漁港の魚市場に水揚げされたホウボウ↓



## 雪のような白さ、ほのかな甘み

淡白な味のホウボウは塩焼き、煮付け、天ぷら、蒸し物などさまざまな料理で使われます。大きいものは刺身にするとタイにも匹敵するおいしさです。よいダシが出るので、ちり鍋や椀種にも向いていて、ヨーロッパではブイヤベースに使われる重要な魚介類のうちの一つです。ブイヤベースはもともとフランス・マルセイユ地方に伝わる鍋物風の漁師料理です。ホウボウ、カサゴ、タラなどの白身魚を主に貝やトマトなども加えて煮込み、香辛料のサフランが使われこくのあるスープができます。



魚介のうまみたっぷりのブイヤベース

ホウボウは赤い体と**鍔兜**をつけた勇ましい武者を思わせることから、祝の膳に登場するおめでたい魚です。またタイなどと同様に赤ん坊の箸初め(お食い初め)の儀式に出される尾頭付きの魚の一つでもあります。しかし銚子などでも昔ほどよく使われることはなくなってきているようです。

### ◆◆◆ のぞいてみよう！ 銚子漁港魚市場 ◆◆◆

早朝、港に帰ってくる漁船から水揚げされた魚は、魚種や大きさごとに仕分けされ、次々に卸売されます。スーパーでは見たこともない魚介類に会えるかも。(天候や漁の状況により水揚げが少ない場合もあります)

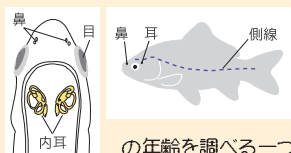
場所/第3卸売市場(地図★) 時間/8:00~17:00(日曜・祭日休み)  
 ■見学のお申し込み・お問い合わせは、銚子市漁業協同組合(市場部)まで ☎0479-22-7626 <http://www.choshinet.or.jp/~gyokyou>



## 暮らしの中の魚のはなし

### ●魚に耳はあるのか？

ホウボウのように音を出す魚がいますが、そもそも魚に聴覚はあるのでしょうか。外見からは分かりませんが目の後方に「内耳」という耳があります。内耳には**耳石**とリンパ液が入っていて、これらの動きで水中の振動を捉え、脳に情報が伝わります。耳石は魚の成長に伴い少しずつ大きくなっていくので、魚



の年齢を調べる一つの手がかりになります。また「側線」という感覚細胞の束が通った管が体の両側にあり、ここからも音を感じることができます。

### ●江戸川柳でカナガシラといえど？

歌舞伎や浄瑠璃でおなじみの忠臣蔵に出てくる大石良雄(内蔵助)のこと。「仮名頭」は、いろは47文字の最初の字、「い」の字のことで、赤穂義士47人のリーダー

である大石とをかけているのです。

### ●煮凝はなぜできるのか？

煮凝は魚介の煮汁が冷えて自然に固まったゼリー状のもの。魚に含まれるコラーゲンというタンパク質が過熱することによりゼラチンに変化し、冷えて固

まります。ホウボウは煮凝のできやすい魚で、ほかにもサメ、カレイ、ヒラメなどがコラーゲンを多く含んでいます。

### ●ホウボウに会える水族館

美しい胸ビレや歩き回るようすをじっくり観察してみよう。

東京都葛西臨海水族園 開9:30~17:00 休水曜日、年末年始 入JR京葉線葛西臨海公園駅から徒歩約5分 料大人700円 中学生250円 65歳以上350円 ☎03-3869-5152 <http://tsp.sfc.wide.ad.jp/jp/>  
 しながわ水族館 開10:00~17:00 休火曜日、1/1 入京浜急行線大森海岸駅から徒歩約8分 料大人1,100円 小・中学生600円 幼児(4歳以上)300円 ☎03-3762-3433 <http://www.aquarium.gr.jp>  
 アクアワールド茨城県大洗水族館 開9:00~17:00 休6月第4月と翌日、12月第2月と翌日、年末 入鹿島臨海鉄道大洗駅から徒歩約15分 料大人1,800円 小・中学生900円 幼児(3歳以上)300円 ☎029-267-5151 <http://www.aquaworld-oarai.com>



## “ほうぼうのみぞれ煮”

真冬にうれしいアツアツの一品は、ホウボウを煮過ぎないのがポイント。  
しょう油やみりんとなじみやすく、上品な味に仕上がります。

### 材 料 (4人分)

ホウボウ……………4切れ(1切れ約80g)  
大根……………400g  
しめじ……………80g  
ししとう……………8本  
イクラ……………少々  
かたくり粉……………少々  
<煮 汁>  
だし汁……………320cc  
酒……………大さじ6杯  
みりん……………大さじ4杯  
うすくちしょう油……………大さじ4杯

### 作 り 方

- ①ホウボウは身の方から切れ目を入れ、食べやすい大きさに切り、かたくり粉をまぶして中温(140～150度)の油でゆっくり揚げる。
- ②鍋にだし汁、酒、みりん、うすくちしょう油を入れて煮たてる。大根をおろして、揚げたてのホウボウとともに鍋に加え、中火でさっと煮る。
- ③素揚げしたしめじ、ししとうと一緒にホウボウを盛りつけ、イクラを飾ります。  
(調理指導/千葉伝統郷土料理研究会 猪野弘子)

### ホウボウの目利き

- 体の赤みが鮮やかで、体を覆うぬめりが透明なもの。
- 腹側は真っ白で、張りがあり、全体に縮まりのあるもの。

### 栄養素と旬

- 一年中水揚げされますが、旬は12月～4月。特に2月頃までの雪の降る真冬は脂がのって身も縮まり美味です。
- カルシウム、ナイアシン(ビタミン類)を多く含んでいます。
- 皮やヒレに多く含まれているコラーゲンは皮膚の健康保持に効果があります。



円の外側のーが旬

### 海の幸めぐり

#### 銚子市漁業協同組合直販所

全国屈指の水揚げ量を誇る銚子漁港にある銚子市漁業協同組合の直営店。この時期、



ホウボウはもちろんメカジキ、アンコウ、ヒラメ、キンメダイなどの鮮魚が並びます。チルド状態の刺身パックのほかさまざまな加工品なども。営業時間/10:00～17:00 休業日/火曜日、第1・3月曜日 交通/JR総武本線銚子駅から車で5分、または銚子電鉄観音駅から徒歩約10分(中面地図参照 ■) ☎0479-25-0900