

うお  
ちば  
魚〜きんぐ

No.7 カツオ  
鰹





カツオ (スズキ目サバ科)  
別称/マンダラ  
体長/約40cm~1m

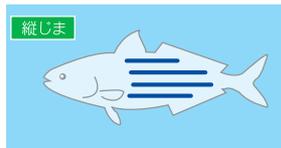
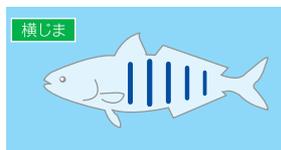
## 初夏を告げる回遊魚

新緑輝く頃、房総沖にカツオの群れがやってきます。季節感と強く結びついた魚で千葉県「四季のさかなく春」にも選定されています。カツオは世界中の温帯・熱帯海域に広く生息する回遊魚で、いくつかの回遊ルートがあるようです。黒潮によって日本近海にやってくるのは赤道直下のフィリピンやパプアニューギニア近海で生まれ、成長にともなって北上してくるものです。黒潮にのり日本列島の太平洋側を進み日本海側にはほとんどいません(下図参照)。

体はマグロ類と同じように紡錘形で、三日月形の尾ビレは遊泳力に優れ、時速約30~40kmで泳ぎます。背側は暗黒色、腹側

は銀白色に数本のしま模様があります。魚の場合、頭から尾にかけてはしる線を縦じま、背中から腹側にはしる線を横じまと

呼びます(下図参照)。カツオの特徴的なこの縦じまは、生きているときにはあまりはっきりとしませんが、死後は明瞭になります。



れを見つけると、円陣を組みその範囲を狭めるとともに、海面へと追い込んでいきます。エサの魚をひとかたまりにしておいて、真下から突撃し丸ごと飲み込んでしまいます。エサを食べるときは短い横じまが数本現われます。

カツオの名前の由来は「堅魚」が変化したと考えられています。古代、生で食べずに火であぶったり

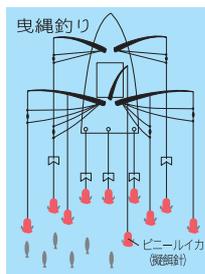
干したりして、身が硬くなった状態のものを利用して、という説があります。

## 全国有数のカツオ基地勝浦

平成14年の千葉県のカツオ漁獲量(属人)は約912tです(全国順位17位、1位は静岡県)。主な漁場は銚子~勝浦沖です。漁獲量の約86%が曳縄釣り漁法で捕られています(下図参照)。長い釣糸と擬餌針を使って船を走らせながら漁をします。

また全国的にみると、カツオの習性をうまく利用した一本釣り漁法がよく知られています。まず海鳥やジンベイザメなどを目印にカツオの群れを探します。群れに近づき生きたイワシを撒くと同時に、船の縁から散水します。泡立った水面を小魚が飛び跳ねていると誤解したカツオの群れを引きつけておいて、サオで一匹ずつ釣り上げます。

近年、遠洋で巻網漁法によるカツオの漁獲量が増えたために、日本近海での漁獲量は減ってきています。



大海原を舞台上に豪快なカツオの一本釣り。漁師たちが次々に竿を出します



県内一のカツオの水揚量を誇る勝浦漁港は、最盛期の5月を迎え活気に満ちます。そのほとんどが近海ものの鮮魚で、約7割が東京など県外に流通しています。「勝浦のカツオ」のさらなる知名度アップと消費拡大のため、3年前から勝浦港カツオまつりが行われ、毎年大盛況です。



勝浦漁港はカツオ一色に



勝浦秋まつり最終日(9月15日)の夕刻、豊漁を祈願して神輿をのせた船が港内を巡航する船渡し神事

■第4回 勝浦港カツオまつり 6月5日(土)

カツオの格安販売はもちろん、例年、市場での体験入札や漁船体験乗船など楽しいイベントもあります。



★勝浦市農林水産課 ☎0470-73-1211  
http://www.city.katsuura.chiba.jp/

## 豊かなだしは和食の要

春先から初夏にかけてとれる近海もののカツオを「初鯨」といい、江戸の昔から根強い人気があります。また脂肪を多く蓄えて秋に南下する「戻り鯨(下り鯨)」も漁獲

され、特に東北地方で好まれてきました。赤身の肉はマグロ類やカジキ類とは違った独特の風味があります。カツオを煮た「なまり節」は煮物にしても美味しく、勝浦の名産品になっています。カツオがほかの魚と大きく異なるのは鯨節に加工され、だしとして利用される点です。鮮魚と鯨節を比較すると水分は約5分の1に、重量も約7分の1に減ります。日本料理の基本となるだしのおいしさは、カツオのうま味の主成分であるイノシン酸と昆布のもつグルタミン酸などの相互作用で生み出されます。おいしいだしをとるには、水に対して4%程度の削り節が必要です(水1リットルの場合は約40g)。



うま味が濃縮されたなまり節は、角煮やサラダなどに

## 暮らしの中の魚のはなし

### ●カツオのたたきのルーツ

「土佐造り」とも呼ばれるカツオのたたきは、おろしたカツオの表面を強火であぶり、香味野菜とタレを加えます。伝統的な作り方ではカツオを包丁でたたいて柔らかくしたり、味をなじませることから、この名前がつけました。江戸中期、土佐藩でカツオの刺身の食中毒が発生。藩が生で食べることを禁止した

ところ、少し焼き生ではないとして食べた苦肉の策がこの調理法を生んだという説もあります。

### ●鯨節はカビがつくる??

鯨節は頭や内臓を除いたカツオを煮た後で、いぶして水分を抜きます。表面を削れば裸節の完成で、主に関西で使われます。裸節に人工的にカビをつけ、さ



カビつけと日干しを繰り返し風味を増す鯨節

らに余分な水分や脂肪分を抜いたのが本節と本枯節ほんかれせしです。これらが関東という鯨節で、完成まで3~5か月かかります。カビをつけると鯨節によい香りがつき、有害な微生物の繁殖も防げます。

### ●神社の屋根にカツオ?

伊勢神宮や出雲大社など神社の屋根に並んだ装飾用の木材を「かづおぎ堅魚木(鯨木)」と呼びます。古代、カツオを蒸すか煮た後に乾かし、硬くなったものを貢租(租税)としたり、神前に供えました。これと木の形が似ていることから、この名がついたといわれて

います。堅魚木はからいぶ曇書き屋根の時代には、曇を押さえる役目があったと考えられます。



### 豆辞典<鯨>

「猫に鯨節」  
誘惑にかられてあやまちが起きやすい状態。油断ならないこと。  
「猫が肥えれば鯨節が痩せる」  
一方得をすればもう片方では損をするものだということ。



## “かつおのガーリックステーキ”

初鯨とガーリックの風味が食卓を包みます。  
硬くなりやすいので焼き過ぎずにジューシーに仕上げるのがコツです。

### 材 料 (4人分)

かつおの切り身……………300g  
 サラダ油……………大さじ1杯  
 にんにく……………2かけ  
 あさつき……………3本  
 青じそ……………5枚  
 ピーマン(赤、黄、緑)……………各1個  
 塩、こしょう……………少々  
 ★ソース調味料  
 酢……………大さじ3杯  
 しょう油……………大さじ1杯  
 サラダ油……………大さじ2杯  
 塩、こしょう……………少々

### 作 り 方

- ①かつおは2cmの厚さに切って、軽く塩をふっておく。
- ②にんにくは薄切り、あさつきは小口切り、青じそはせん切りにする。
- ③ピーマンを縦に切っていたため、塩とこしょうで味つけをして皿に盛る。
- ④ソースの調味料を混ぜ合わせ、あさつきと青じそを加える。
- ⑤フライパンにサラダ油を熱してにんにくをいため、香りが出たらかつおを入れて両面を焼き、皿に盛る。熱いうちに④のソースをかけていただきます。

### カツオの目利き

- 一尾丸ごとの場合は体全体に丸みがあり、目が澄んでいてしま模様鮮明なもの。
- 切り身の場合は血合肉の色が黒っぽくなく、鮮明なピンク色のもの。

### 栄養素と旬

- 赤身の肉はタンパク質に富んでいます。血合肉の部分にはヘモグロビンやミオグロビンが多いので貧血予防に効果があります。
- 内臓の塩辛は別名「酒盗」と呼ばれ、ビタミンAが多く含まれます。
- 旬は初鯨の時期(4～6月)と戻り鯨の時期(9～10月)の年2回。初鯨は香りが高くあっさりした味で、戻り鯨はたっぷりと脂がのっています。



円の外側の一が旬

### 海の幸めぐり 新勝浦市漁協直売所

JR勝浦駅前にあり、カツオの塩辛やアワビ製品、アジ、キンメダイ、イカの干物などの加工品をそろえています。あおさのり、



岩のりも好評です。ほかに菓子などのお土産も取り扱っています。

営業時間／

8：00～17：00

休業日／9月

12・13日、12

月31日～1月3日

☎0470-73-3225

