

うお
魚 **ちぼ** **きんぐ**

No.27 **ブリ**
鯷





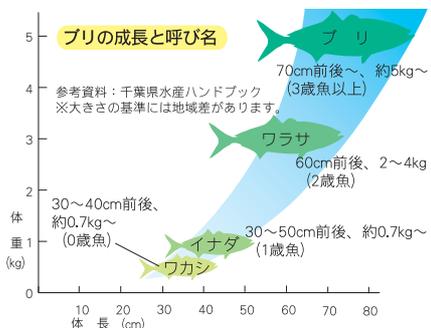
ブリ (アジ科)
別称/アオ、ガンドウ、フクラギ
体長/約60~100cm

値)は約2,900 t (全国順位6位、1位は長崎県)です。天津、鴨川、大原など主に外房地域でイナダやワラサといったサイズの若魚が多く漁獲されています。主な漁法はまき網(巾着網)漁や刺網漁などです。冬から春にかけて操業するまき刺網漁は刺網漁の一種です。海の底層を泳ぐ魚群を見つけると囲うように円形に網

出世魚の代表格

ブリは成長するにつれ呼び名が変わる出世魚です。大きさの基準に差はありますが、関東ではワカシ→イナダ→ワラサ→ブリとなり、関西ではツバス→ハマチ→メジロ→ブリと呼んでいます。ほかに別称や地方名が数多く、全国各地で古くから親しまれてきたことがわかります。千葉県の四季のさかな(冬)にも選ばれています。ブリという名の由来については、身肉に脂肪が多いところから「あぶら」が転じたとする説や、年老いた魚「年経り」が語源とする説などがあります。

体形はやや細長い紡錘形です。背側は青緑がかった灰色、腹側は銀白色で、口先か



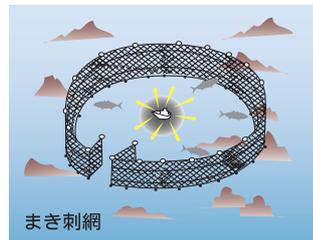
ら尾ビレの付根あたりまで帯状の黄色い線があります。北海道南部から九州、朝鮮半島や台湾などの沿岸に広く生息し、日本の周辺では東シナ海、日本海側、太平洋側の3グループに大きく分けられるとみられ、それぞれ回遊ルートがあります。また回遊しない群れもあり前者を「アオブリ」、後者を「キブリ」と呼び区別することもあります。

産卵の最盛期は3~5月で、産卵場所は太平洋側は房総半島以南、日本海側は能登半島以南です。卵の大きさは直径1.2~1.4mmで一つつつバラバラに海の表層を漂います。ふ化後20cm程度までは流れ藻について生活し、プランクトンを食べます。成長するとイワシ類、アジ、サバなどをエサとし、成魚になるとほかにイサキやタイ類なども食べるようになります。3、4年でブリと呼ばれる程度に大きく成長します。年をとるほど長い距離を群れで回遊するようになります。比較的温かい海にすむ魚で、春から夏にかけては北上し、秋から冬は越冬と産卵のため徐々に南下します。

成長が早い重要魚種

平成16年の千葉県のブリ類漁獲量(速報

を下ろして行く手をさえぎり、中央に船を移動させて明かりをつけます。ブリはものに驚きやすい性質で、明りに驚いて逃げる



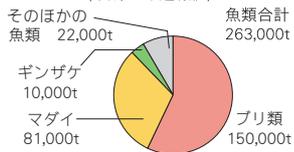
まき刺網

ところを網に絡ませて捕る方法です。水深10~50mくらいの場所

で早朝に行います。岩礁の海底に網を張るため、網が切れても裂け目が途中で止まるように網を何枚かつなげる工夫がしてあります。

また一方で、ブリは海面養殖魚の中で収穫量が最も多く、国内漁獲量の2倍以上の量が養殖されています。ブリ類の養殖は昭和初期に香川県で始まり、天然の稚魚が安定して採れることと、生息に適した

国内海面養殖業魚類収穫量 (平成16年速報値)



水温が幅広いことから、愛媛県や鹿児島県など西日本を中心に盛んに

行われています。千葉県内では安房郡鋸南町で養殖されています。春から初夏にかけて主に四国や九州沖でモジャコ（藻雑魚）



上／モジャコの採捕。流れ藻ごと網ですくいます。左／共食い防止するためモジャコの大きさを選別します

■ブリ類のほか海面養殖に関することは全国海水養魚協会のHPで詳しくわかります <http://www.yoshoku.or.jp/>

と呼ばれる稚魚を採捕し、海上の生簀で大きく育てます。一般に4kgより大きなものはブリ、小さいものはハマチと呼ばれて出回っています。

寒ブリで迎えるお正月

ブリは年間を通して漁獲されていますが、「寒鰯、寒鰯、寒鰯」といわれるように冬の味は格別です。養殖ものが安定して供給されることで刺身やすし種としても定着しています。透明感がありやや桃色がかった身肉は、脂肪が多いのが特徴です。食生活が洋食化した現代では脂の多い刺身も好まれ、旬のブリはマグロのトロにも匹敵することも。また塩焼きや照り焼きにも向き、アラを使って相性のいい大根との煮物も美味です。

東北や関東地方で正月用の塩ザケが準備されるように、北陸や関西地方ではブリは正月の祝いの魚です。

特に富山湾で捕れるものは江戸時代から定評がありました。越中街道や飛騨街道を通過して塩漬にしたブリが飛騨や信州方面に運ばれ、雪深いこの山道は「鰯街道」とも呼ばれました。北陸地方には出世魚の縁起をかつぎブリを贈る伝統的な習慣が残っているところもあります。石川県の郷土料理として広く知られるかぶらずしは、もともとは正月料理で、かぶら(かぶ)に塩ブリを挟んで糍で発酵させたものです。



加賀金沢の名産品「かぶらずし」。花形や細切りにした人参を添えることもあります 写真提供／石川県

暮らしの中の魚のはなし

●お節料理に込められた願い

黄色に輝くカズノコはニシンの卵です。ニシンは数万もの卵を産むことから、子孫繁栄を願います。見た目も華やかなエビは加熱すると丸くなるので、腰が曲がるまでの長寿を祈って。そしてゴマメはカタクチイワシの稚魚を煎って甘辛く煮たもの。昔はイワシが稲作の肥料に



使われていたことから、「田作り」ともいわれ、豊作を祈願する意味があります。

●ブリコって知ってる？

ブリの卵ではなくハタハタという魚の卵です。一度に産卵された卵は直径4cmほどの塊になります。弾力性があり、多少の乾燥にも耐えることができます。秋田県の郷土料理、ハタハタのしょつつる鍋はぶりぶりとしたブリコの歯ごたえが楽しめる冬の味覚。「しょつつる」はハタハタやアジなどを発酵させて作る魚醬です。

ブリコの名前の由来は一説によ



海藻に産みつけられたハタハタの卵

れば、安土桃山時代の秋田藩主・佐竹義宣が、かつて水戸藩主であった頃に好んで食べていたブリが秋田では食べられないために代用としてハタハタを食し、その卵をブリコと呼んで懐かしんだということです。

●冷たい海に耐える体温調節

魚は周りの環境に応じて体温が

変化する変温動物です。それぞれの魚に適した水温があり、海流によって回遊するのは体に合った水温を求めているともいえます。

マグロ類やカツオなどは海水温よりも高い体温を保ち、長い距離を活発に泳ぐことができます。体の特定の部分にある奇網という網状になった血管の束が発達しています。そこでは動脈と静脈が対になって接しています。血液が逆方向に流れる時に、温かい静脈血と冷たい動脈血の間で熱が交換されるので、体温の低下を防ぐことができます。



とっしょにおき

“ブリのピーナッツグラタン風”

記憶学習能力の向上に効能があるDHAを多く含むブリは、子どもたちにもおすすめ。アツアツのソースが冬の食卓を温めます。

材 料 (4人分)

ブリの切り身	3切れ(約120g)
トマト	中1個
長ネギ	1本
ナス	2個
しょう油	小さじ3杯
酒	大さじ1杯
サラダ油	少々
ピーナッツバター(無糖)	大さじ2~3杯
甘口味噌	大さじ1杯
マヨネーズ	大さじ1杯
卵	1個
はちみつ	少々
ゆでピーナッツ	適量

作 り 方

①ブリは、しょう油(小さじ2杯)と酒で下味

をつけ、サラダ油で焼きます。

②ナスは1cm幅の輪切りにしてサラダ油で焼き、しょう油(小さじ1杯)をかけておきます。

③トマトは皮をむいて種を取って薄切りし、長ネギは斜め切りにします。

④ピーナッツソースの材料を混ぜ、ソースを作ります。

⑤グラタン皿に油をひき、長ネギをおき、ソースを少量かけます。その上に①から③までの材料を順番に並べ、残りのソースをかけて200度のオーブンで約15分間、表面に焦げ目がつくくらい焼きます。

※お好みで、ゆでピーナッツをソースの上に飾ってから焼いてもおいしいです。

(平成9年 お魚料理コンテスト優秀作品 鎌ヶ谷市 福島 規子さん)

ブリの目利き

- 胴はふっくらして丸く、目は澄んでいるもの。
- 体の側面の黄色い線がはっきりしているもの。
- 切り身の場合は、血合の部分が鮮やかな色をしているもの。鮮度が落ちると暗い色になります。

栄養素と旬

- イワシ、サバ、サンマなど背側の青い魚に共通して、ブリも魚特有の脂肪酸DHAが多く含まれます。DHAは脳細胞を活性化させる働きがあります。

- 「寒鰯」といわれる通り、旬は脂がのる冬で11~1月頃。



円の外側の一が旬

海の幸めぐり いさばや



大原漁市場隣
にあり、2004年9
月にオープンした
いすみ東部漁業協
同組合の漁師たち
の直営店。いさば
や(五十集屋)は昔

の言葉で魚屋のこと。鮮魚、干物や塩辛などの各種加工品を安く提供しています。また日本一の水揚量を誇るイセエビも正月用に人気で、全国に発送しています。

営業時間/10:00~16:00 休業日/月曜日(祝祭日の場合は翌日)、12/31~1/4 交通/JR大原駅から徒歩約15分 ☎0470-64-0131
<http://www2.bii.ne.jp/ohara-iseebi/>