


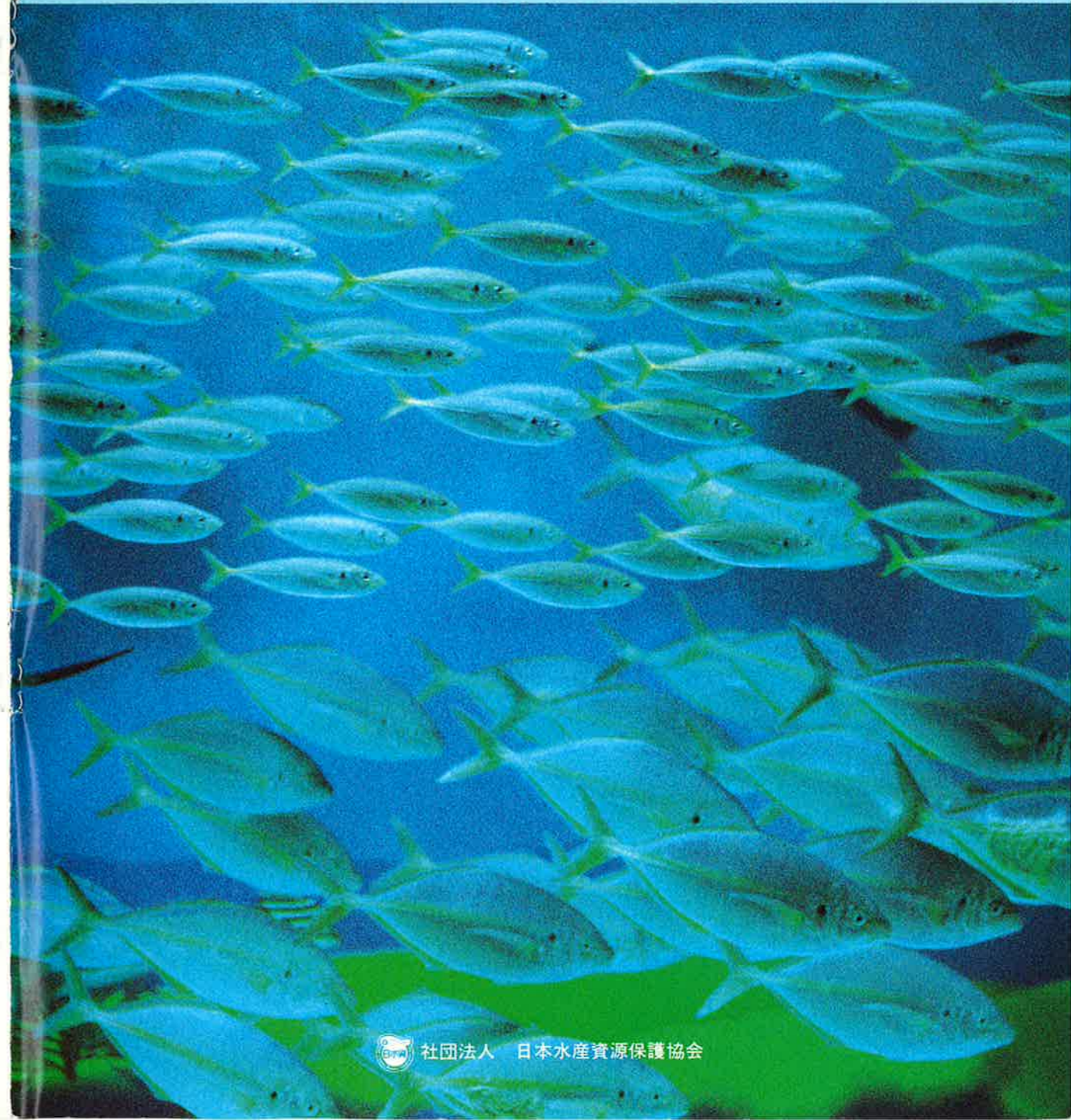
わが国の水産業

あじ・さば



 社団法人 日本水産資源保護協会
〒100 東京都千代田区永田町1-11-35
全国町村会館 TEL 03-593-2481

表紙の写真はマアジ(上部)と
シマアジ(下部)です。

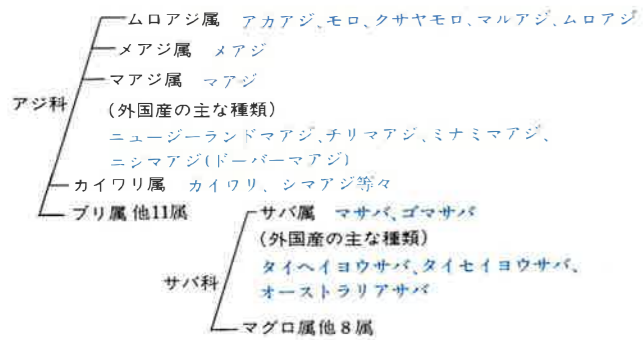
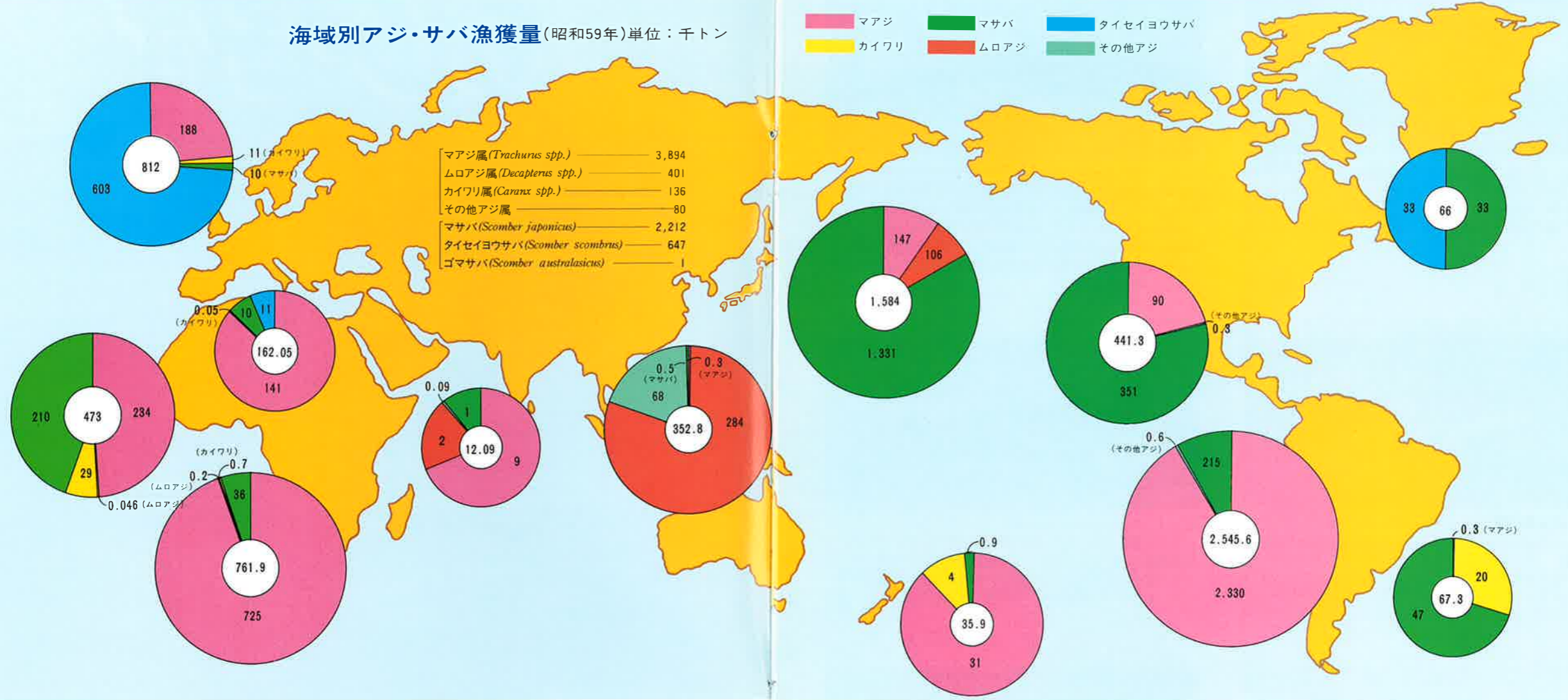


 社団法人 日本水産資源保護協会

世界のアジ・サバ

アジとサバは、分類上は別の科に属していますが、両種とも日本人の食生活になじみの深い代表的な魚であり、漁場や獲り方など共通点が多いので、『あじ・さば』として1冊にとりまとめました。

海域別アジ・サバ漁獲量(昭和59年)単位：千トン



アジ類とサバ類は、ともに広く世界の大陸棚周辺に分布し、日本近海では主にまき網、諸外国ではトロール網で漁獲されています。

アジの仲間は種類が多く、代表的なマアジ属で12種、ムロアジ属は10種以上を数え、世界の暖海域に分布しています。日本近海ではマアジ1種、ムロアジ7種が獲られています。そのほか、ニューゼaland北部沿岸のニューゼalandマアジや大西洋東部沿岸で獲れるニシマアジ(ドーバーマアジ)などがあります。また、近年チリ沿岸のチリマアジの資源量は豊富であると推定されています。

サバの仲間は、北太平洋の西側、主にわが国沿岸でマサバとゴマサバが分布し、多獲されています。同じく東側では北アメリカ西岸のアラスカ湾からカリフォルニアの南部沿岸にかけてタイセイヨウサバが分布しています。大西洋では、ヨーロッパ大陸側から地中海、黒海、及び北アメリカ大陸沿岸にタイセイヨウサバが広く分布し、日本のマサバに次ぐ漁獲があげられています。また、南半球のニューゼaland、オーストラリア沿岸ではオーストラリアサバが分布しています。

FAOによるアジ類の漁獲量は、昭和59年の統計をみると、

マアジ属 389万トン、ムロアジ属40万トン、カイワリ属14万トンなどで、マアジ属が86%と大部分をしめます。日本は、マアジ属を18万トン獲っていますので、世界のマアジ漁獲量の5%を漁獲していることとなります。

また、昭和59年のサバ類の漁獲量は 286万トンで、日本はそのうちの28% (81.3万トン) を漁獲し、日本沿岸でいかに多くを漁獲しているかがわかります。

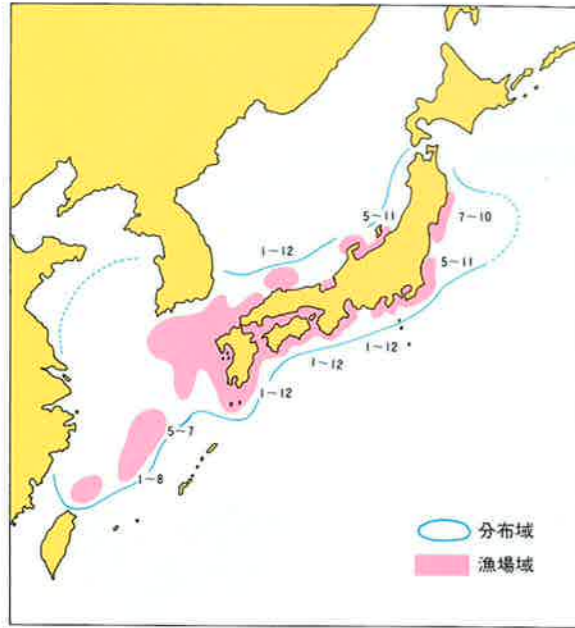
ホッケがあげられます。また、サンマのように暖かい海で産卵し、北太平洋で成長する中間的な魚もいます。



寒・暖流系魚とは：黒潮や暖かい水域で産卵し、一生の大半を過ごすものを暖流系魚と言います。アジやサバは暖流系ですが、典型的なのはカツオやマグロです。親潮のような冷たい水域で産卵・生育するものが寒流系魚で、ニシン、タラ、

日本産のアジ・サバ

マアジ分布模式図 (添字は月)



マアジ *Trachurus japonicus*

北海道南部以南の沿岸に広く分布していますが、東シナ海や九州近海を主な産卵場とする大きなグループがあります。また、沿岸各地に産卵場があり、地域的な小さな群があります。ゼンゴ(Q & A参照)が頭部後方から尾部にまで側線全体に連なっていることから他のアジ類と区別されます。単にアジと呼ぶ場合が多い。体長40cm



ムロアジ *Decapterus muroadsi*

クサヤモロと同じく島や瀬の周辺に分布し、東シナ海のような大陸棚にはほとんどいません。本種の漁獲はそれほど多くなく、一般にムロアジとして出回っているものはモロとマルアジが多いようです。体長40cm



クサヤモロ *Decapterus macarellus*

伊豆七島、小笠原、薩南諸島、沖縄等の島や瀬の周辺に分布します。伊豆七島などで“くさやの干物”にされます。体の背中側は濃い青色であることから伊豆大島ではアオムロとも呼ばれます。体長35cm



モロ *Decapterus macrosoma*

台湾から薩南海域の大陸棚周辺域に分布し、産卵場は東シナ海の南部水域がそれ以南と考えられています。東シナ海ではマルアジとならんで漁獲が多い種です。別名ムロ、モロアジ。体長25cm



マルアジ *Decapterus maruadji*

九州沿岸と東シナ海西部にそれぞれ大きなグループがあり、そのほか本州の各地に地域的な小さな群があります。近年紀伊・豊後水道周辺域にも多く、地域によってはマアジと肩をならべる位の漁獲があります。資源水準も上向いています。体長30cm



アカアジ *Decapterus akaadsi*

東シナ海南部から南シナ海などの南方水域に主として分布します。九州沿岸から本州南岸にかけて、まき網で少量漁獲されます。それぞれの鱗が赤いことが特徴です。体長30cm



メアジ *Selar crumenophthalmus*

本州南岸から沖縄、小笠原、台湾などの太平洋温帯、亜熱帯、インド洋まで分布します。沖縄近海では秋～春に漁獲され、幼魚はカツオ釣の餌に使われます。目が大きいのが特徴。体長25cm



マサバ *Scomber japonicus*

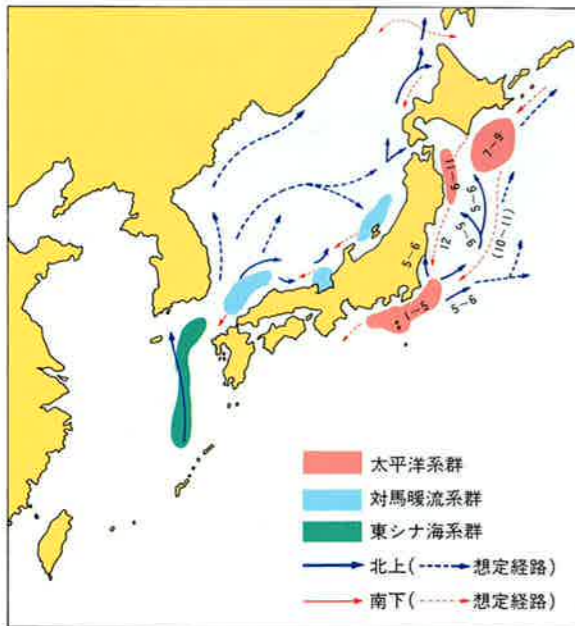
太平洋側、日本海側及び東シナ海側に独立したグループがあり、それぞれ春から夏にかけて北上し、秋から冬には南下回遊します。これらのグループは、それぞれ伊豆諸島近海、五島列島、東シナ海南西部に3～5月頃産卵場を形成します。別名ヒラサバ、ホンサバ。体長50cm



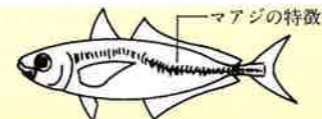
ゴマサバ *Scomber australasicus*

マサバに較べて南方系で沖合寄りに分布し、マサバと同様南北回遊をします。下腹に多数の黒点(ゴマ)があることで、マサバと区別されます。体型から別名マルサバともよばれます。体長50cm

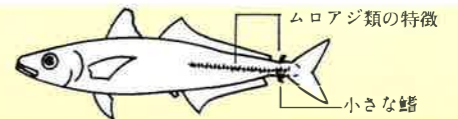
マサバ分布模式図 (添字は月)



マアジとムロアジのみわけ方：マアジのゼンゴ（アジにみられる楕円形の変形した鱗の俗称。縦長の硬い鱗が側線に沿って並んだ様子から“竹筴”と呼ばれる）は側線の全長にわたっています。ムロアジ類は尾鱗のつけ根の部分に背、腹一対の独立した小さな鱗があるのが特徴で、ゼンゴは体の後半、尾部に限られています。(右図参照) また、ムロアジ類の種のみわけ方は、頭頂部の鱗の位置等で行いますが、大変難しいです。



マアジの特徴



ムロアジ類の特徴

小さな鱗

漁獲の方法

我が国でアジ類及びサバ類を漁獲する代表的な漁業はまき網ですが、他に、敷網、定置網、釣り、たもすくいなどがあります。



まき網

まき網

通常、網船1隻(または2隻)、魚探船または火船1~2隻、運搬船2~3隻が一つの船団を構成して操業しています。アジ、サバは走光性があるので、東シナ海等では集魚燈を備えた火船を使用し、夜間操業が行われていますが、千葉県以北の北部太平洋漁場では、集魚燈の使用が禁止されていますので、昼夜とも魚探船を中心に魚群を探します。魚群を発見すると、各船が無線連絡をとりながら接近し、位置や進行方向を見定めてから、網船が魚群を囲んで大きな円を描きながら網を投入します。(大型まき網の投網円周は1500m、深さ150~200m程度となります)投網が終わると、直ちに網の裾にある環網を締め、網底を閉じてから、順次網を船上にたぐりあげます。海中の網が狭められると、運搬船が網船に接近して網の中の魚をたもすくいあげ、魚倉に収納します。

敷網

四角形、円形等の網を海中に広げて沈め、その上に燈火または撒き餌(イワシのミンチ)によって魚を集めてから、網を引きあげて漁獲します。中でも、漁船の舷側から長い竹を使用して網を海中に張り出し、撒き餌で集めたアジ、サバ等を網の上に誘い入れてから一斉に揚網する棒受網は、代表的な敷網の漁法です。

定置網

魚群が来遊する沿岸の一定の場所に漁具を敷設して漁獲する方法です。一般に定置網は、魚の通過を遮断して魚群を網の中に誘導する垣網と、誘導された魚群を落し入れる身網から成り立っています。魚の入網状況をみて1日1回または2回、身網の一部をあげて魚を獲りあげます。

釣り・たもすくい

関東近海では、サバの走光性を利用して、集魚燈及び撒き餌によって船側に魚群を集め、竿釣りやサバを獲る「はね釣り」や「ハイカラ釣り」が行われていましたが、近年、これら釣漁船の多くがたもすくいで操業するようになっています。たもすくいは、直径60cm前後のたも網に2mの柄を取りつけた漁具を1人で操作して、撒き餌によって船側に浮上したサバをすくいあげる漁法です。



たもすくい

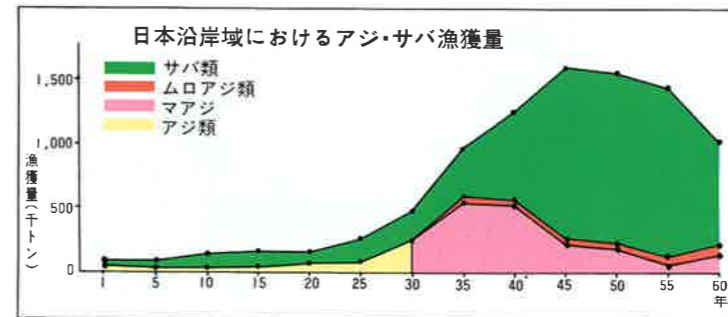
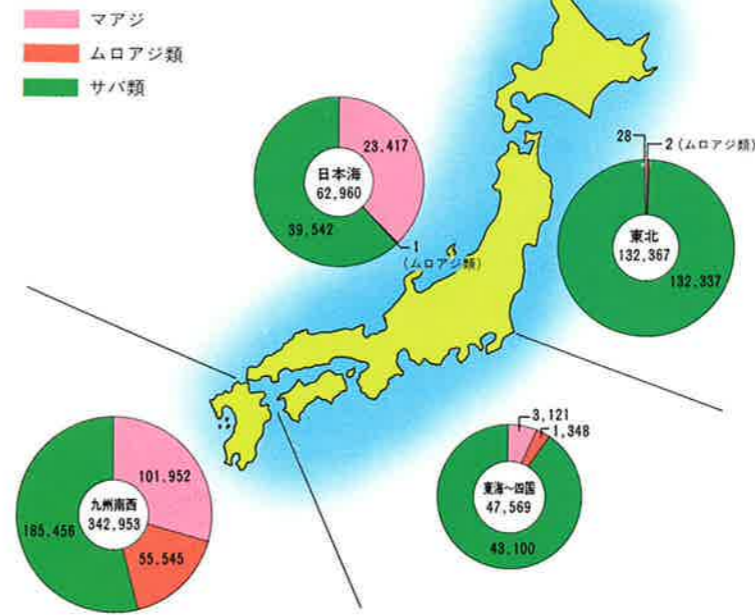
漁獲の状況

アジ類、サバ類ともに、そのほとんどが我が国の200海里内で漁獲されている重要な魚種です。

アジ類は、昭和30年代後半に東シナ海の漁場開発もあって、マアジを主体に50万トンの漁獲がありました。その後は減少を続け、56年には12万トンまで落ちました。しかし、最近徐々に増加傾向を示し、60年の漁獲量は22.5万トン(マアジが15.3万トン、ムロアジ類7.2万トン)になりました。マアジは、主に東シナ海から山陰にわたる西日本水域が、またムロアジ類は、東シナ海のほか太平洋側の四国沖、伊豆沖等が主漁場です。

サバ類の漁獲量は、43年から55年までは、おおむね100万

海域別主要漁港水揚量 単位: トン
昭和50年「水産物流通統計年報」により作成したもので、全体の漁獲量ではありませんが、海域別のおおよその生産分布を示すものです。

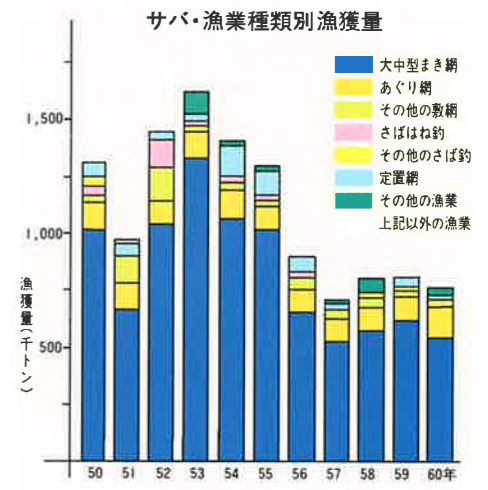
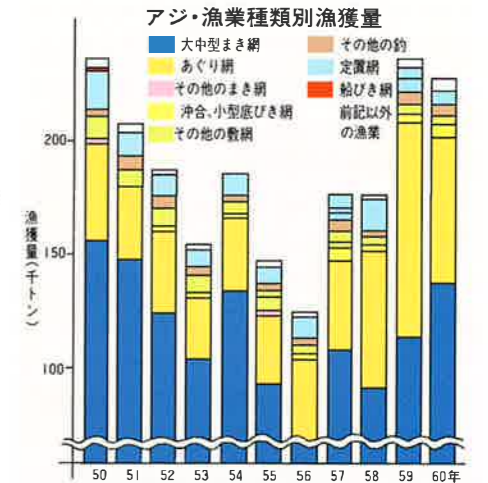


—農林水産省「漁業養殖業生産統計年報」により作成—

トン台の水準を保ってきましたが、56年から減少し、60年には77.3万トン(うちゴマサバは1割程度)になりました。資源量の大きい豆南海域を産卵場とする太平洋系群のマサバの減少が影響しているとみられています。サバ類の漁場は、太平洋岸一帯、対馬暖流に沿った日本海岸一帯、五島西沖及び九州南部海域にわたっています。

アジ類、サバ類のいずれもまき網による漁獲が全体の90%近くに達しています。

このほか近年遠洋トロール漁業によってニュージーランド海域やアフリカ北西域で4~7万トンのアジが漁獲されるようになりました。これらのアジはいずれもマアジ属ですが日本産のマアジとは種類が違います。



走光性: 動植物の光に対する行動習性をいいます。サバやイカが夜間、集魚灯に集まるのを陽走光性、ウナギのように逆に光から逃げるのを陰走光性といえます。



サバのみち: 若狭街道は「鯖街道」ともいう。昔、若狭湾の新鮮なサバは商人の手で大阪、京都へ運ばれた。小浜から北川沿いに琵琶湖西の朽木谷を経、大原・八瀬で京商人に手渡され、25里の途を天秤棒で運ばれる間に塩加減となり、旨みが増したといえます。大和名物「柿の葉ずし」も熊野灘から伯母峰峠を越え、吉野地方まで同様に運ばれたサバを原料にしたものです。

需給・流通

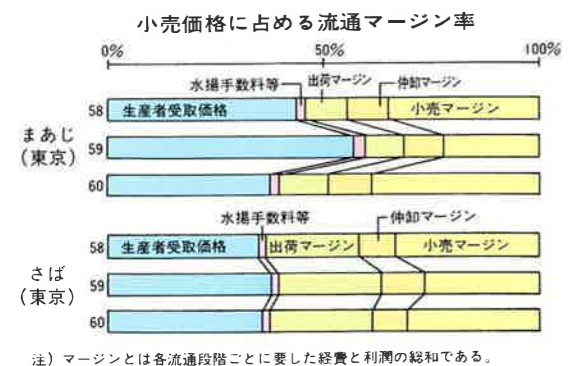
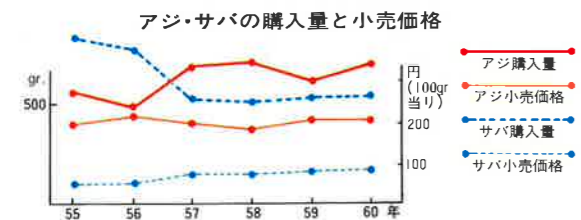
アジ類の漁獲量は、年間20万トン位あり、それ以外にマアジの養殖が最近さかんに行われるようになり、これが0.5万トン近くあります。輸入量も最近増加傾向にあり、オランダや韓国から2万トン以上が輸入されています。

サバ類の漁獲量は、大体70~80万トン位で、輸入はごくわずかです。逆に、サバ缶詰は、我が国水産物の重要な輸出品で、製品重量にして年間6万トン位が、南太平洋諸国、中近東諸国等へ輸出されています。

アジの国内小売価格は、最近非常に安定しており、家庭内での購入量も増えてきました。サバについては、57年までは購入量の大幅な減少がありましたが、最近では横ばいとなっています。

アジ類の利用は、ほとんどが食用向けに利用されていますが、サバ類については、小型魚を中心に生産量の約3割程度が、養殖用魚の餌、はえ縄やつり漁業用の餌、家畜用の飼料等に使われています。

マアジとサバの小売価格に占める各流通段階での経費は、年により時期により、また地域により様々に変化しますが、東京での小売価格を10月に調査したものをみると、生産者の受取価格は、マアジで40~60%、サバで40%ぐらいで、小売マージンは、マアジで20~40%、サバで30%ぐらいとなっています。



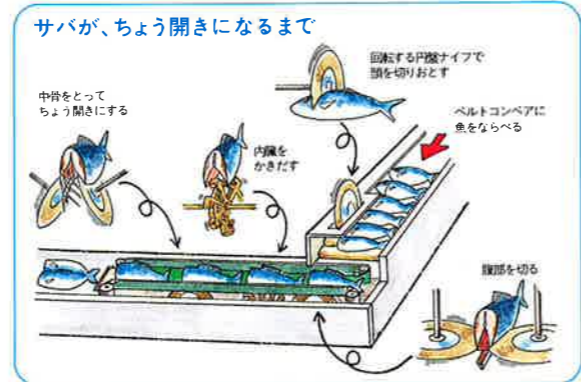
注) マージンとは各流通段階ごとに要した経費と利潤の総和である。
『水産物流通段階別価格形成調査報告』により作成

加工

アジの加工品は、塩干品が大半を占めています。その代表である『開き干し』は旧来、魚の保存手段として、塩分が高く乾燥度の強い製品が小規模に生産されるにすぎませんでしたが、大正時代に現在の製品に近いものが生産され、以来急激に、全国に普及しました。最近では消費者の嗜好の変化から高水分・低塩化の傾向が更に強まり、保存性には欠けるものの、コールドチェーンの普及に支えられ、鮮魚代替品としての安定した需要が続いています。

一方サバの加工は、従来は塩蔵・塩干品、節類、缶詰が主体でしたが、近年ではイワシとともに近海の重要な資源として見直されるなかで、種々の加工食品への原料化がすすめられてきました。全国各地で開発された新しい加工品の例として、サバのくん製(岩手)、みりん干し(青森)、ねり製品(静岡)、フライ用素材(鹿児島)等があります。このほか調理用中間素材としての塩蔵品(青森、岩手、茨城、千葉、静岡など)の生産が伸び、各種二次加工品(しめさば、すし、総菜など)の原料として利用されるばかりでなく、一般家庭での調理用素材としての需要も高まっています。

従来、サバは、短時間で大量の魚体処理を必要とする加工品には向けられませんでした。冷凍すり身化技術、冷凍フィッシュブロック化技術等も次々と開発されました。これらの加工処理工程はほとんど機械化され、光学センサーで魚体を測定した画像をコンピューターで処理して大小分類する選別装置や、魚体をそろえて頭や内臓を取り除く魚体処理機、皮や皮下脂肪の除去装置なども開発されています。

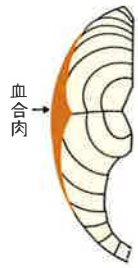


昭和60年度「魚介類有効栄養成分利用技術研究成果の概要」(水産庁研究部研究課、昭和61年)

栄養

アジ・サバに多い血合肉

図に示したように、魚の体側には『血合肉』と呼ばれる暗赤色の部分があります。血合肉は多くの魚では側線の直下に細長く存在しており、遊泳運動に重要な機能を果たしていると考えられています。従って、泳ぐ距離やスピードの大きな回遊性の魚ほど血合肉が発達しており、サバでは全肉の約20%、アジでは約10%を占めています。

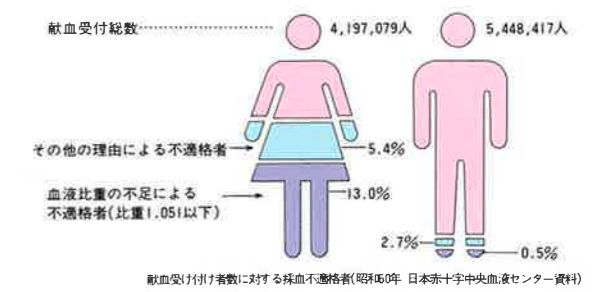


血合肉のように運動の活発な筋肉では酸素を多量に消費しますが、必要な酸素の運搬は、ミオグロビンやヘモグロビン(分子内に鉄原子を持つ色素タンパク質)によって行われています。血合肉が暗赤色をしているのはミオグロビンが多量に含まれているためです。

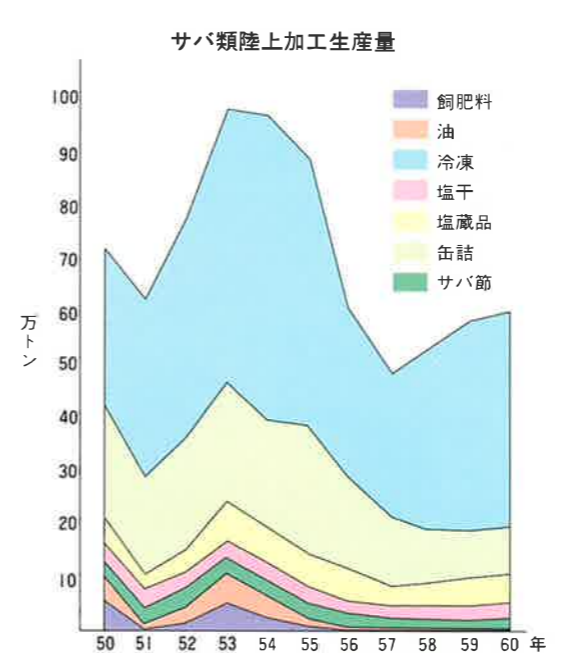
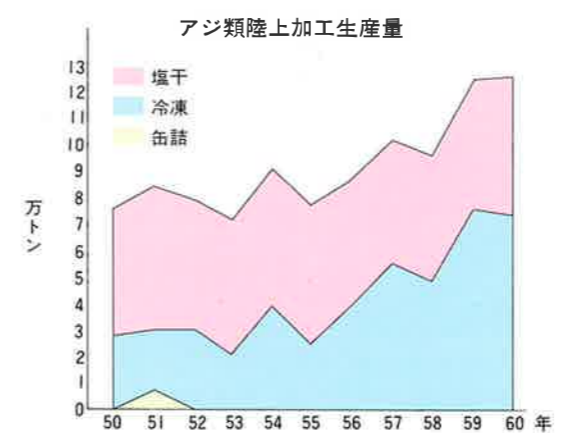
血合肉は栄養が豊富

このように、ミオグロビンの豊富な血合肉は、鉄の給源として優れています。女性の5人に1人は貧血(厚生省、『国民栄養の現状』)といわれますが、鉄の給源を牛や鶏のレバーなどに限定せず、魚の血合肉も十分に活用したいものです。

従来、血合肉は肝臓のような機能を持つと考えられてきたほど、体に必要な各種の微量栄養成分が豊富に含まれています。たとえば、成人病予防に役立つ高度不飽和脂肪酸のEPA、DHA、脂溶性のビタミンA、D、E、水溶性のビタミンB1、B2、B12、パントテン酸が普通肉の数倍も多く含まれています。このほか、各種のミネラルや、コレステロール低下作用のあるアミノ酸のタウリンが豊富なことも見逃せません。このように、血合肉は立派な栄養食品です。黒っぽいからと無意識に捨ててしまったりせず、賢い食べ方をしたいものです。



献血受け付け者数に対する貧血不調者(昭和60年 日本赤十字中央血液センター資料)



農林水産省「水産物産額統計年報」より作成

血合肉の栄養成分 (mg/100g)

	タンパク質 (%)	脂肪 (%)	ビタミンA (IU/100g)	ビタミンE (μg/100g)	ビタミンB1 (μg/100g)	無機質	高度不飽和脂肪酸	タウリン (mg/100g)	
						鉄	EPA	DHA	
和牛バラ肉	16.1	26.4	55	0.10	0.17	1.3	4	0	49
豚ロース肉	19.7	13.2	17	0.30	0.19	1.2	5	0	51
サバ(普通肉)	23.2	6.1	45	0.12	0.07	1.5	7	410	60
血合肉)	19.1	16.3	71	0.50	0.68	7.6	20	1,120	3,040
アジ(普通肉)	20.8	2.9	75	0.14	0.05	0.9	17	290	680
血合肉)	18.4	8.8	80	0.47	0.75	4.3	31	850	1,430

昭和60年度「魚介類有効栄養成分利用技術研究成果の概要」(水産庁研究部研究課、昭和61年)



さば節：香りの良いかつお節はすまし汁のダシに、味の濃いさば節はみそ汁のダシに合います。関東のうどん、そばのつゆには昔から、さば節が使われています。さば節は静岡、熊本、鹿児島で多量に生産されています。



EPA：エイコサペンタエン酸の略。魚脂中に多く含まれる高度不飽和脂肪酸の一つで、血液中の血小板凝集を抑制し、血栓をできにくくする。また、成人病の原因の一つであるLDLコレステロールや中性脂肪を低下させる作用がある。

アジ・サバの郷土料理

アジやサバは私達日本人にとって昔から馴染の深い魚です。『延喜式』『大和本草』などの古文書にも『青魚』『阿乎左波』と、サバの名が記録されています。晴れがましきはないまでも、旬の味は百魚にも優るとされ、四季を通じて一般家庭の食卓を賑わしてきました。それだけに料理、保存、加工の方法も素朴なものが多く、それぞれの地方で季節により色々に工夫され、多彩な郷土の味を生み出してきました。これらの中には、日本人の食生活が急激に変化した現代においても、なお脈々と引き継がれているものが少なくありません。

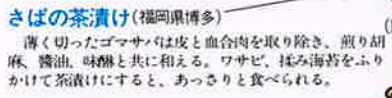
ここでは各地の伝統食品の一部を、アジやサバを使った寿司を中心としてご紹介します。



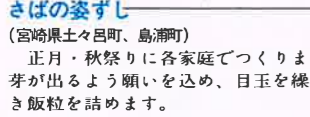
田舎ずし(広島)
山間部の祭事、四季の節句などに、家庭でつくる押しずし。酢サバ、梅しそ等を飯にはさんで押し、表面を他の具で飾ります。



さばずし(長崎県)



さばの茶漬け(福岡県博多)
薄く切ったゴマサバは皮と血合肉を取り除き、煎り胡麻、醤油、味噌と共に和える。ワサビ、ほろ海苔をふりかけて茶漬けにすると、あっさり食べられる。



さばの姿ずし(宮崎県土々呂町、島津町)
正月・秋祭りに各家庭でつくります。芽が出るよう願いを込め、目玉を練り抜き飯粒を詰めます。



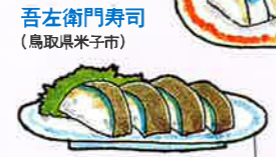
冷汁(宮崎県延岡市)
農繁期の農民や洋上での漁師の簡便な食物が発端。はぐしたアジの身、胡麻、味噌を搗ってだし汁で溶き、しそ、きゅうり、豆腐などと共にご飯にかけて食べます。



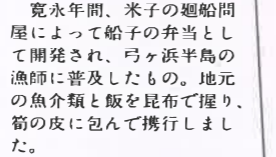
丸ずし(愛媛県新居浜市)
アジ、サバ、サヨリなどの背開き魚を姿のまま使い、飯(またはおから)を詰めた鉢盛り料理のひとつ。元禄初期、別子銅山を開発した住友氏が大阪から伝えました。別称「卯の花ずし」。



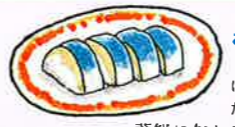
さばのぬかみそだき(北九州市小倉)



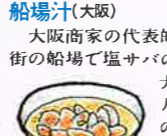
吾左衛門寿司(鳥取県米子市)
寛永年間、米子の廻船問屋によって船子の弁当として開発され、弓ヶ浜半島の漁師に普及した。地元魚介類と飯を昆布で握り、筍の皮に包んで携行しました。



さばずし(岡山県高梁地方)
古くから山間部の秋祭り用に、各家庭で作られていました。サバを半身におろし、しよが、ゆず、梅をのせ、竹の皮に包んで飯で2〜3日ねかせたもの。



さばの棒ずし(京都)
酢サバを棒状に固めた飯の上に昆布と共に貼り、竹の皮で締めたいもの。賀茂祭、祇園祭、時代祭、葵祭に欠かせぬ料理。若狭の一本釣りの春サバを用いるのが最高とされています。



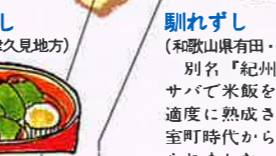
船場汁(大阪)
大阪商家の代表的なお菜。問屋街の船場で塩サバのアラと季節の大根の汁を奉公人に食べさせたのが発端。ゆずを添えて、熱いところをいただきます。



バッテラ(大阪)
箱を使ったサバの押しずしで、バツティラ(ポルトガル語、「平底ポット」の意)に似ていることから命名。明治時代に大阪湾で大量に獲れたコノシロを使ったのが発端。京文化の影響の強い北摂地方の秋祭りには欠かせません。



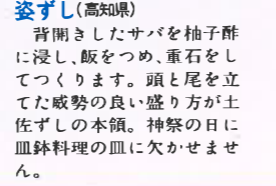
馴れずし(和歌山県有田・日高地方)
別名「紀州の腐りずし」。塩サバで米飯を包んで漬け込み、適度に熟成させて食べます。室町時代から秋祭り用につくられました。



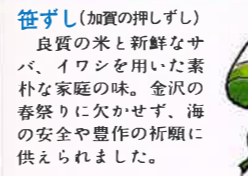
あじずし(大分県津久見地方)



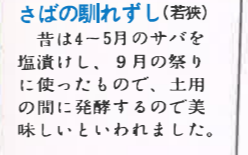
柿の葉ずし(奈良県)
サバの切身と飯を柿の葉でくるみ、幾重にも重ねて重石をしたもの。古くから夏祭り用の保存食。香りのよい柿の葉は防腐効果もあります。



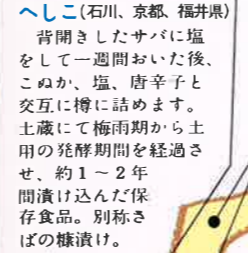
姿ずし(高知県)
背開きしたサバを柚子酢に浸し、飯をつめ、重石を立てつくります。頭と尾を立てた威勢の良い盛り方が土佐ずしの本領。神祭の日に血鉢料理の皿に欠かせません。



笹ずし(加賀の押しずし)
良質の米と新鮮なサバ、イワシを用いた素朴な家庭の味。金沢の春祭りに欠かせず、海の安全や豊作の祈願に供えられました。



さばの馴れずし(若狭)
昔は4〜5月のサバを塩漬けし、9月の祭りに使ったもので、土用の間に発酵するので美味しいといわれました。



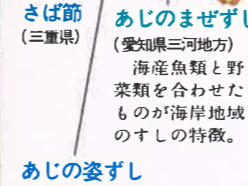
へしこ(石川、京都、福井県)
背開きしたサバに塩をして一週間おいた後、こねか、塩、唐辛子と交互に樽に詰めます。土蔵にて梅雨期から土用の発酵期間を経過させ、約1〜2年間漬けた保存食品。別称さばの糠漬け。



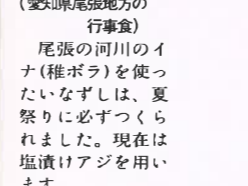
あじのまぜずし(愛知県三河地方)
海産魚類と野菜類を合わせたものが海岸地域のすしの特徴。



あじの姿ずし(愛知県尾張地方の行事食)
尾張の河川のイナ(稚ボラ)を使ったいなずしは、夏祭りに必ずつくられました。現在は塩漬けアジを用います。



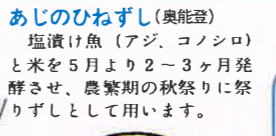
あじの開き干し(静岡県沼津市)
全国の半数以上が静岡県産。原料はマアジ、マルアジ、ムロアジ。種類により異なった味わいがあります。乾燥させないように強火でさっと焼き、熱いうちに食べるのが良い。



黒はんぺん(静岡県焼津市)
別称「はんぺ」。アジ・サバなど多脂魚の風味を生かした製品で、鮮度の良さが自慢。現在はサバ、イワシのすり身を用い、大半が地元向けに生産されています。



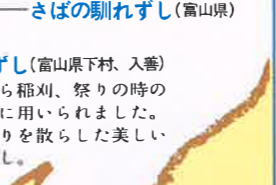
くさや(伊豆七島)
腹開きにしたムロアジ、アジ、トビウオ等を四斗樽の「くさや液」に漬けた後、乾燥した干物。臭気こそ強いが独特の旨みは江戸の通人間で賞味されました。火にあぶり、熱いうちに小さく身を割き酒をふって食べると美味。



あじのひねずし(奥能登)
塩漬け魚(アジ、コノシロ)と米を5月より2〜3ヶ月発酵させ、農繁期の秋祭りに祭りずしとして用います。



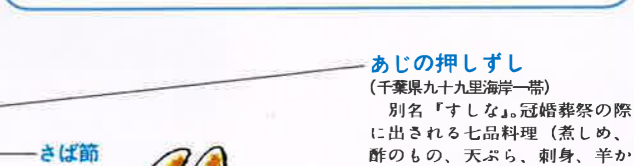
さばの馴れずし(富山県)



さばずし(富山県下村、入善)
昔から稲刈、祭りの時の客料理に用いられました。花の香りを散らした美しい押しずし。

アジの刺身とサバの刺身(●印県)

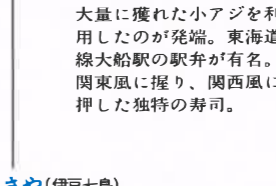
大型のアジは刺身に、小型アジはたたき、とアジを生で食べることは全国各地でごく一般的に行われています。調理の方法は、薬味と共に粘りが出るまで細かくたたき(千葉)、刺身より大きめに引き切って作る(伊勢)、豆アジを頭ごとたたいてつくる(紀州)等、地方によって様々です。一方、サバについては、生で食べる習慣のある地域とない地域にはっきりとわかれています。鮮魚の流通事情が相当改善されている現在、各地域で新鮮なサバの入手が全く不可能な訳ではありませんが、関東以北では一部の漁村を除いて生食の習慣はほとんどなく、『背の青い魚を生で食べるなんて』と驚く人もいます。これに対し、九州地方および高知・山口・愛媛・石川・沖縄各県の沿岸地域では比較的よく食べられており、日常の食卓に欠かせぬほど好んでいる人も少なくありません。鮮度の極めて良いマサバまたは、ゴマサバの血合肉と皮を取り除いて、刺身やぬた、たたき等に用いています。茶漬け(福岡)にしたり、にんにくや大根おろしを添える(愛媛)地域もあります。



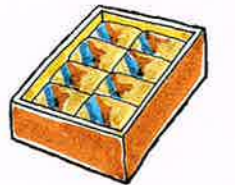
あじの押しずし(千葉県九十九里海岸一帯)
別名「すしな」。冠婚葬祭の際に出される七品料理(煮しめ、酢のもの、天ぷら、刺身、羊かん、寿司、すしな)の一品。九十九里の地引網で獲れたアジを用い、暮れから正月にかけての保存食にもされてきました。



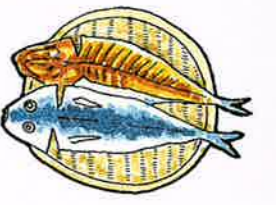
さば節(千葉県)



あじの押しずし(神奈川県大船市)
明治末期、湘南海岸で大量に獲れた小アジを利用したのが発端。東海道線大船駅の駅弁が有名。関東風に握り、関西風に押しした独特の寿司。



あじの押しずし(神奈川県大船市)



あじの押しずし(神奈川県大船市)



Q&A
青魚の臭みをとる調味料：しょうがの辛み成分は魚の生臭み成分とよく結合し、臭いを消します。味噌や牛乳は油っこい味を良く吸収して隠します。博多ではイワシやサバの生臭みを消すために、米糖で炊く方法もあります。レモン、ねぎ、大根、山椒、カレー粉等、料理に応じて効果的な使い方を。



Q&A
鮮度の良い魚を求めるポイント：①眼が澄んでいること、②エラが赤紅色、③青光りして光沢がある、④腹の締りが良い、⑤魚臭が少ない、指で押して魚体に弾力がある。また、切身を買う場合は、①血合肉の色や切身の切り口がきれいなもの、②身がしっかりと締まっているもの、③パックものならば日付が記入してあるものを選びたいもの。