

当店からの
ご提案

料理メモ

鰯
(ブリ)

旬のお魚

ウオッチング



いよいよ寒ブリの季節。「冬魚の王様」といわれるこの魚の耳寄り情報をご紹介します！

ブリの回遊ルートは2コース



ブリは回遊魚で、東シナ海や五島列島近海などで生まれた稚魚が黒潮に乗って日本海側と太平洋側の沿岸を北上、秋から冬には産卵のために南下します。とくに北海道付近まで北上し栄養をたっぷり蓄えた日本海側の寒ブリは脂がのって味も最高といわれています。

ブリは出世魚



80cm~

ブリはその成長ごとに名前が変わる出世魚。一般に関東ではワカシ→イナダ→ワラサ→ブリ。関西ではツバス→ハマチ→メジロ→ブリなどと呼ばれ、体長80cm以上のものをブリと呼んでいます。

雷がうまいブリを呼ぶ？



日本海沿岸では初冬に寒気団が起す雷が多発します。この雷は「雪起こし」とか「鰯おこし」などと呼ばれ、富山湾を中心に本格的な寒ブリ漁が始まります。北の海で小魚類をたくさん食べて、脂がのり、身が締まった状態で南下してきたブリは、まさに旬のうまさです。



鰯街道はいまノーベル街道



その昔、富山湾で獲れた越中ブリは塩ブリにされ遠く飛騨高山へ運ばれ正月には欠かせない「年取り魚」として珍重されました。この鰯街道(国道41号線)には昨年度のノーベル物理学賞を受賞した梶田隆章さんを含む5人の受賞者のゆかりの地が点在、今では「ノーベル街道」と呼ばれています。

養殖ブリも大活躍



寒ブリは冬季限定ですが、養殖ブリは一年中出回っています。このブリはハマチとも呼ばれ、日本の南部沿岸海域で採捕した稚魚(モジャコ)を種苗として生け簀の中で育成したもの。現在、鹿児島県、愛媛県、大分県が3大生産地。品質も価格も安定し、家計にはうれしい魚です。

調理メモ ブリのあら煮はいかが？



ブリを安価に、おいしく食べられるのが「あら煮」です。とくに脂肪分の多いブリは大根との相性がよく「ブリ大根」は定番メニューです。調理のポイントは「あら」にうすく塩を振り1時間程置いたあと、ボールや鍋に移し、熱湯をゆっくりかけ回し、流水でウロコや血合いをよく取り除くことです。

ブリの目利きポイント

- エラが赤く鮮明で、頭から尾にかけて黄色の帯線がはっきりと見えるものが鮮度がよい状態です。養殖ブリの場合は特に、血合いの色が黒ずんでいないものを選ぶとよいでしょう。
- 一般に、養殖ものは天然ものに比べ脂肪も多いといわれていますが、鮮魚なら刺身はもちろん、照り焼き、煮付けなど充分おいしくいただけます。