

千葉県の四季のさかな



マダイ

さかなといえば、タイ!おめでたい魚として広く親しまれており、平成元年には「タイ」が県の魚に選定されました。

マダイは、白身の引き締まった肉質で甘みがあるため、刺身はもちろん、焼きもの・吸い物など幅広い料理に活用されます。



カツオ

典型的な紡錘形で、背中が暗青色、腹側が銀色で数本の暗色の縞があります。鮮度のよいものほど、この縦縞がはっきりしています。

春先に黒潮に乗り来遊するカツオは脂が少なくさっぱりとした味で、秋の「下りカツオ」に対して「上りカツオ」と呼ばれ、初カツオとして珍重されます。



アサリ

内湾の干潟に多く生息し、春先には多くの観光客が訪れる「潮干狩り」でも親しまれています。旬は春ですが、夏から秋にかけてもおいしいです。

砂を吐かせるには、海水程度の塩水(3%食塩水)に入れ、冷暗所に2~3時間置きます。



マダイ



カツオ



アサリ

新鮮
千葉
さ



キンメダイ

鮮やかな朱色で、水深200~500mの深場に棲むため目が大きく、名前の由来も黄金色に輝く大きな目からきています。

白身の魚で、煮付け、椀種、鍋に最適です。頭やアラも煮付けるとおいしいです。新鮮なものが手に入った時は、刺身も格別です。



キンメダイ



ヒラメ



ブリ



ヒラメ

白身の高級魚として寿司種にも使われています。特に冬は「寒ヒラメ」といわれ、身が締まり脂もって格別のおいしさです。エンガワと呼ばれる上下のヒレのつけ根にある肉は、ヒラメが泳ぐ時に動かすため、コリコリとしておいしく、一尾からとれる量も少ないことから珍重されています。

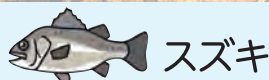


ブリ

出世魚としても有名で、関東ではワカシ、イナダ、ワラサ、ブリと名前が変わります。夏に北上したブリは秋口から徐々に南下を始め、冬場には「寒ブリ」と呼ばれ最もおいしい時期を迎えます。新鮮なものなら刺身が美味ですが、アラもおいしく「アラ煮は旬なら鯛をしのぐ」とも言われています。

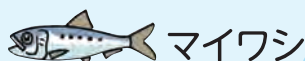
千葉県で漁獲されている旬のさかなの中から、
四季それぞれに、おいしいさかなをご紹介します。

千葉県の四季のさかな
平成12年度選定



成長とともにセイゴ、フッコ、スズキと名前が変わる出世魚で、千葉県は漁獲量日本一です。

淡白な白身で、細い血管がところどころに見えるのが特徴です。夏に食べるあらいは有名ですが、ムニエルなど洋風料理にもよく合います。



千葉県の代表的なさかなとして古くから親しまれており、脳細胞を活性化させるDHAや、血中コレステロールを下げるEPAが豊富に含まれていることから、近年脚光を浴びるようになりました。梅雨入りの頃は特に脂が乗り、「入梅イワシ」と呼ばれ、好まれています。



サザエと同じ巻貝の仲間で、海藻の多い岩礁に生息しています。県内では、海藻類が豊富な外房地域に多く、主にあま(海士・海女)が潜ってとっています。刺身やステーキなどでおいしくいただけます。

丸ごとの
の
かな



秋を代表する魚といえばサンマ(秋刀魚)です。名前の由来どおり、形も色も刀に似ています。

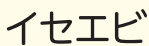
サンマ漁は、南千島～北海道沖で始まり、徐々に南下して、晩秋には銚子沖で行われます。

銚子漁港には、9月下旬から脂が乗ったサンマが水揚げされます。塩焼きやかば焼きのほか、新鮮な刺身も格別です。



日本近海には、マサバと腹にゴマをふったような斑点のあるゴマサバが生息しています。イワシ同様、DHAやEPAが豊富に含まれています。

煮てよし、焼いてよし、酢で締めてよしと幅広く楽しめます。



千葉県は日本有数のイセエビの産地です。色鮮やかで姿も立派なため、昔からお祝いの席には欠かせないものの一つです。

主な産地は外房地域で、刺網漁法で漁獲されます。殻が厚く、手で触ると強く跳ねるものが新鮮で、刺身で食べる時は殻から取り出した身を氷水で締めてから食べると格別です。