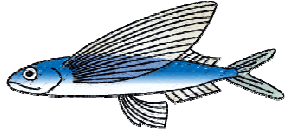


「とびうお」のプロフィール

[1]	分類名	ダツ目トビウオ科
[2]	学名	<i>Prognichthys agoo</i>
[3]	和名	とびうお、あきつとびうお、とびのうと、ほんとび
[4]	俗称	福岡や長崎での呼び名「あご」は、だしの材料としてもよく知られています。豊後地方、石川では「つばくろ」、広島では「とりうお」、沖縄では「トプー」など、翼のような大きなヒレや飛ぶことにちなんだ名前が多く見られます。
[5]	外国語表記	(英) flying fish (仏) poisson volant le poisson poirn (独) freegende fish (伊) pesce volante
[6]	生態と分布	世界中の温帯から熱帯の海に群れをなして生息し、約50種類が知られています。日本近海で見られるのは約30種類です。海面近くを群れで泳いでいますが、何かに驚いたり、外敵に追われて逃げるときなどに尾ビレで水面をけてジャンプします。距離にして300~400mを飛びます。産卵期の春から夏にかけて、南海から北上する習性があります。多くの種類は卵に粘着性の糸があるのが特徴で、これが海藻や岩にからまって流されるのを防ぎます。産卵後、親は一生を終えます。
[7]	主な漁場と流通	近海では南日本から東シナ海、房総半島以南、伊豆諸島周辺が主な漁場です。鮮魚はもちろん、干ものなどの加工品も多く出回ります。また、魚卵は「とびこ」として流通しています。
[8]	栄養学的特徴	低脂肪、高たんぱくでローカロリーな魚です。コレステロールも少なく、DHAを多く含みます。
[9]	主な用途	新鮮なものは刺身に向きますが、主につけ焼きやフライ、揚げ煮、つみれ、開いて一夜干しなどにします。産地では、丸干しもあります。あぶってそのまま食べたり、だしをとるのに使います。
[10]	選び方	全体がみずみずしくてつやがあり、背側が青々と輝いているもの、目が黒く澄んでいるものが新鮮です。
[11]	保存法	腹ワタを除いて水気をよく拭き、バットなどに並べます。乾燥しないようにラップやポリ袋に包んで冷蔵庫に入れ、できるだけ早めに使いきります。塩でしめたり、干ものにしておけば、1~2日長く保存できます。



「とびうお」の種類

大きな胸ビレと腹ビレを広げて海面を飛ぶ姿から、この名がついたといわれます。日本近海では約30種類が見られますが、その中から食用としてよく知られる種類を紹介します。種類によって旬が違いますが春に獲れるものを「春とび」、夏にとれるものを「夏とび」と呼ぶこともあります。

とびうお

とびうお



別名「本とび」です。南日本一帯から太平洋の熱帯域に分布しています。体長は約35cmです。初夏から秋にかけて出回ります。

浜とびうお

全長50cmは日本近海で獲れるとびうおの中でも最大で、別名「おおとび」です。伊豆諸島から四国沖の太平洋側で多く見られます。特にくさやに適した品種として知られています。味がもっともよいのは、2～5月の産卵期です。

つくしとびうお

全長35cm、北海道以南の各地に分布しています。腹側が角張っていることから、日本海側では「かくとび」と呼ばれています。関東では夏場に漁獲されるとびうお類の中でもっとも多い種類です。幼魚は干して、だし用加工されます。

ほそとびうお

体長約28cmの小型種で、北海道以南の各地に分布し、幼魚は煮干しに加工されます。