



「ぶり」のプロフィール

- [1] 分類 名 : スズキ目アジ科
- [2] 学 名 : ブリ *Seriola quinqueradiata*
- [3] 和 名 : ぶり
- [4] 俗 称 : 成長に伴って名前が変わる出世魚で、地方によってそれぞれ呼び名が変わります。関東では15cmまでを「わかし」、40cmまでを「いなだ」、60cmまでを「わらさ」、それ以上を「ぶり」といいます。関西は順に「つばす」「はまち」「めじろ」「ぶり」と呼びます。
- [5] 外国語表記 : (英) yellowtail (仏) seriole (独) Bernsteinfisch、Gelbshwanze
(伊) (西) serviola (中) 鱈(ツァヌ・シ)
- [6] 生態と分布 : 温帯性の回遊魚で、群れを作って日本各地の沿岸に来遊しますが、回遊群は朝鮮東海岸系群、日本海本土系群、太平洋系群に分けられます。産卵は水温19~20℃くらいの水域で行われるため、東シナ海では2~3月、九州西方の海では4~5月になります。卵はふ化後体長10cmくらいになるまで流れ藻につき、暖流に乗って北へ移動しながら成長します。夏は北方の海で回遊し、時にはサハリンあたりまで達する群れもいます。晩秋になると産卵のために南下し始め、南の海で冬を越します。
- [7] 主な漁場と流通 : 北海道から沖縄まで全国で獲れますが、北陸、関東、中国地方の漁獲量が多いです。回遊魚なので盛漁期も地方によって異なり、北陸地方は冬、東海地方は春になります。青森から福井にかけての日本海のものが多いとされ、中でも富山湾で冬に獲れた「能登ぶり」は寒ぶりの王様格です。「寒ぶりは北陸」という評判通りの味を誇っています。漁は刺し網、はえ縄、巾着網、定置網などで行われます。近年の日本のぶり漁は乱獲の影響で減少しており、流れ藻に集まった稚魚(もじゃこ)を魚獲して生け簀(いけす)で2年くらい育てた養殖ものが、市場のほとんどを占めています。養殖ものは過去にはまちの大きさでの出荷が多かったため、大きさによる名称の区別はなく、全て「はまち」という名で取り引きされます。養殖ものの主産地は鹿児島、愛媛、長崎、香川、大分など、九州、四国のこの5県で全生産量の7割を生産しています。輸入は生鮮ものより冷凍もののほうが多く、養殖用の稚魚も輸入されています。
- [8] 栄養学的特徴 : 良質のたんぱく質と脂質を多く含み、必須アミノ酸もきわめて多く、不飽和脂肪酸のEPA(エイコサペンタエン酸)とDHA(ドコサヘキサエン酸)を含みます。ビタミンB₁、B₂、D、Eのほか、鉄、カルシウムを含みます。特に血合いにこれらの栄養分が多く含まれています。
- [9] 主な用途 : 新鮮なものは刺身、すし種に向きます。照り焼き、塩焼きも定番料理です。そのほか、煮つけ、汁もの、鍋もの、西京漬けなどです。さけと同様に捨てるところのない魚で、頭やアラを大根と煮た「ぶり大根」はぶりのうま味が大根によく似た冬の味覚です。皮はウロコを取って大根、にんじんなどとなますにします。洋風ではバター焼き、フライなど向きます。
- [10] 選び方 : 目が黒く澄んでエラが赤く、体に張りつつやがあり、黄色の線が鮮明なものが新鮮です。天然ものは体形がスマートで、尾ビレが長くて切れ込みが深く、養殖ものは脂肪分が多いため体が丸っこく、尾ビレも短いです。好みにもよりますが、刺身にはぶりより適度に脂ののったいなだやわらさのほうが向きます。また、夏は産卵で身のやせた親魚より、小型の若魚のほうがおいしいです。切り身は天然ものはきれいなピンク色をしていますが、養殖ものは脂が多いため白っぽい色合いです。
- [11] 保存法 : 一匹ものなら腹ワタを取ってかたくしぼったふきんに包んで冷蔵で保管します。切り身は密封容器に入れるか、しょうゆ、酒、みりんなどを合わせた液に漬けて冷蔵します。アラはすぐ食べたほうがよいのですが、塩をふっておくといくらか日持ちがよくなります。



「ぶり」の種類

温帯の海域にすみ、日本周辺では東シナ海、日本海、太平洋海域の3群れに分かれて回遊します。

ぶり

ぶり



ぶりは旧暦の師走のころに最もおいしいところから、鰯と書きます。成長にともなって呼び名が変わる代表的な出世魚です。特に真冬に獲れる寒ぶりは脂がのって美味です。刺身、塩焼き、照り焼きなどで賞味されます。

加工品

・塩ぶり

北陸地方名産で、塩漬けにしたぶりの身をわらで巻き上げたものです。正月料理に欠かせない食品でした。現在は生のほうがおいしいので、昔のように食べられていないようです。

写真提供「全魚連シーフードセンター」