



# 「かます」のプロフィール

|      |         |   |   |
|------|---------|---|---|
| [1]  | 分類      | 名 | スズキ目カマス科  |
| [2]  | 学       | 名 | アカカマス <i>Sphyyaena pinguis</i>  |
| [3]  | 和       | 名 | かます   |
| [4]  | 俗       | 称 | 一般にかますというと「あかかます」をさします。あかかますは「ほんかます」「おきかます」などといわれます。  |
| [5]  | 外国語表記   |   | (英)red barracuda (仏)becune (独)<br>(伊)barracuda (中)(ユイ)  |
| [6]  | 生態と分布   |   | 藻類の繁茂する表、中層に住み、鋭い犬歯状の歯でえさを食べます。好みのえさはあかかますがいわし、えび、かになど、やまとかますはいか、小魚などです。あかかますは北海道南部から南シナ海まで、やまとかますは本州中部以南からインド洋にかけて分布します。産卵期はあかかますが夏、やまとかますは夏から秋です。               |
| [7]  | 主な漁場と流通 |   | 日本各地で定置網、刺し網、釣りなどで獲るほか、アフリカ、アラビア海、オーストラリア、ポリネシアなどの遠洋漁業も盛んです。  |
| [8]  | 栄養学的特徴  |   | 白身魚の中ではカルシウムを多く含み、カリウム、ビタミンB群、Dを含みます。脂質が少ないため、エネルギー量も少なく淡泊な味で、胃弱などの病人食や離乳食、ダイエット食に利用できます。   |
| [9]  | 主な用途    |   | かますは身がやわらかく水分が多いので薄塩の干ものに多く加工されますが、姿のまま塩焼きやムニエルにしたり、すり身を椀種や揚げものにするとう品な味わいがあります。一匹の姿を生かした高知駅の駅弁「かますの姿ずし」は有名です。釜上げた幼魚は、関西で「かますご」といわれ、わさびじょうゆやしょうがじょうゆをつけて食べる初夏の味です。 |
| [10] | 選び方     |   | 銀色のウロコがきれいにつき、目が澄んで腹がしっかり張っているものを選びます。25cm以上の大きいものが身がしまっておいしいです。あかかますのほうがやまとかますより味がよいので、生、干ものとも、やまとかますの倍の価格になります。干ものはつやよく、水気がよくきれいなものを選びます。血合いが残っているものは避けます。      |
| [11] | 保存法     |   | 水気が多くて傷みやすいので、余ったら風干しにするのがおすすめです。身がくずれないように静かにウロコを取り、三枚におろして腹骨をていねいにすき取り、塩水に少しつけてから風通しのよい日陰で半日から一日干します。   |



## 「かます」の種類

南日本、南シナ海、インド洋に分布し、秋から冬が旬のあかかますと、南日本、南シナ海に分布し、夏が旬のやまとかますがいます。

### あかかます

あかかます



ウロコが赤っぽくヒレが黄色い、腹ビレが背ビレより前に付いているなどの特徴があります。生後1年で体長は25cm、2年で30cmくらいになります。脂がのって身がしまり、味がよいのは50cmくらいの大きさのものです。秋から冬にかけてが一番美味しく、この時期のものは「霜降りかます」といわれます。夏場は水っぽくて味が落ちます。

### やまとかます

あかかますと比べると全体にぼんやりした色目をし、胸ビレが第一背ビレの真下にあることが特徴です。みずかますの異名通りに水分が多くてあかかますより味は落ちます。

### 加工品

#### ・干もの

水分の多さを逆手にとり、背開きにしたかますに薄く塩をして生干しにした干ものは、やわらかく品のよい味で、高級な干ものとして需要が高く、人気があります。

写真提供「全魚連シーフードセンター」