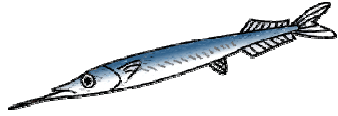


「さより」のプロフィール

- | | | | |
|------|---------|---|--|
| [1] | 分類名 | : | ダツ目サヨリ科 |
| [2] | 学名 | : | <i>Hemiramphus sajori</i> |
| [3] | 和名 | : | さより |
| [4] | 俗称 | : | 関西では「すず」、新潟で「はりうお」、鹿児島では「ながいわし」などと呼ばれています。関東で「かんぬき」と言われるものは、特に大きい個体のことです。 |
| [5] | 外国語表記 | : | (英) halfbeak (仏) demi-bec (独) (伊) oostardella (中) |
| [6] | 生態と分布 | : | 北海道以南の日本各地や沿海州、朝鮮半島、黄海などに分布していますが、琉球列島と小笠原諸島付近では知られていません。沿岸や内湾の海藻が繁茂する岩礁地帯に多く生息し、比較的水の表層を群れで泳いでいます。音に敏感で外敵に驚くと、水面を数mも飛び跳ねることがあります。4~8月頃にかけて産卵が近づくと海水と真水のまざった河口付近や塩湖などに移動し、ホンダワラ類の海藻に卵を産みつけることが知られています。 |
| [7] | 主な漁場と流通 | : | 漁獲量が多いのは石川県と瀬戸内海ですが、常磐、千葉、神奈川、愛知などでも漁獲されます。漁は刺し網、手網、釣りなどです。近年は、韓国から鮮魚が輸入されたり、中国から輸入されたものが干ものに加工されています。 |
| [8] | 栄養学的特徴 | : | 魚類の中では脂肪が少ないのが特徴です。そのためエネルギーも低めですが、コレステロールは比較的多く含まれています。 |
| [9] | 主な用途 | : | 脂肪が少なく淡泊な味わいなので、あまり手をかけずに食べるのがコツです。透明感のある細身の姿を生かした細造りや、笹造りなどの刺し身、うま味を凝縮するような昆布じめや、塩焼き、椀種などに使います。洋風なら、マリネ、フライなどがおすすめです。 |
| [10] | 選び方 | : | 鮮度のよいものは、下あごの先の朱色が鮮やかで腹側が白っぽいものがよいです。身の太さが均一で大型のものは「かんぬき」と呼ばれ、味が充実しているといわれます。 |
| [11] | 保存法 | : | 頭と腹ワタを取り、水洗いしてから水気をよく拭きとってバットなどに並べ、ラップをして冷蔵庫に保存します。日持ちはしないので、できるだけ当日または、翌日に使いきります。塩や酢でしめたり、干ものにすると、もう少し長く保存できます。 |



「さより」の種類

通常、食べられているさよりは本種です。ただし「さより」と言うときは、近縁種も含めて総称することもあります。本種は琉球諸島・小笠原諸島を除く、本州・九州沿岸で多く見られます。近縁種には、星ざより・南洋さより・くるめさよりなどがありますが、すべて南方に生息しています。

さより

さより



細く長い、丸みのある体形と、細く突き出た下顎が特徴です。大きいものは体長が40cmになるものも全体は銀白色で背面が青緑色、下顎の先端は朱色をしています。腹の内側が黒いことから「腹黒」などと呼ばれたり、身の充実した大ぶりのものは扉の留め具に似ていることから「かんぬき」と呼ぶこともあります。春から夏にかけて多く出回り、特に3～4月のものは脂がのっておいしいといわれます。