

かがわ

さと うみ

里海の幸

さち

（春）

「里海」とは

海域・陸域を一体的に捉え

私たちが適切に関わることで

守り育む「豊かな海」のことです。

「里海」は水産資源、食文化、景観、

憩いの場、観光など

多くの恵みをもたらしてくれます。

「食」を通して「里海」を

考えてみましょう。

目張

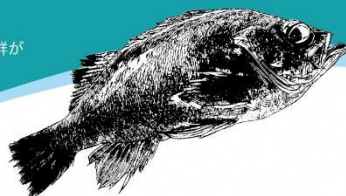
メバル



メバル

スズキ目メバル科

波が静かなときには
岸の近くでのんびり泳ぐ小さなメバルの群が
見られる、そんな身近な魚です。



もの知り情報

県内で獲れるメバル類は、メバル(※1)とカサゴが主。そのほかにタケノコメバル、クロソイ、ムラソイ、ヨロイメバルなどもあります。メバルは卵胎生といって、雌の腹の中で卵がふ化し、6mmぐらいの仔魚で産まれ出ます。成長しながらしばらく海中をただよった後、数cmになった稚魚は春に沿岸のアマモやガラモなどが繁茂した藻場を餌場、隠れ場として生育します。その後、成長とともに深所の岩場などへ移動します。

(※1) 以前1種とされていたメバルは2008年に3種(クロメバル、アカメバル、シロメバル)に分類されました。

以下「メバル」はこれら3種を総称します。

インタビュー ～メバルの魅力、教えて下さい！

海の幸ふれあい市場株式会社 代表取締役社長

やまもと けいいち
山本 啓一さん

減少傾向にあるが昔から親しまれてきた小魚

メバルはどんな魚ですか？

浅瀬の岩場にじっとしていることから「磯の小魚の代表」「釣り入門編の魚」などと言われ、釣りを楽しむ人にはとくに親しみのある魚でしょう。メバルは一年中獲れ、「黒メバル」、「オキソメバル」などと呼ばれています。最近量は量が少なく高級魚で、30cm近い大きなサイズはとくに希少で、飲食店で扱う程度の流通量がなく、なかなか一般には出回りません。よく似た魚で「赤メバル」と呼ばれるカサゴのほうがか小売店などで見かける機会が多くなっています。



メバル。あまり獲れず、大きなサイズは県内飲食店などで扱う程度しかない。



赤メバルと呼ばれるカサゴ。一般的に小売店で目にするのはほとんどがこのカサゴ。



山本啓一さん ● やまもとけいいち

香川県内の高等学校卒業後、京都の市場へ4年間修行に出る。その後、香川県魚市場株式会社(高松市)に就職。58歳で代表取締役社長に就任、70歳で会長就任(現職)。会長就任後に坂出、丸亀、多度津3つの魚市場を合併した、海の幸ふれあい市場株式会社と株式会社ふれあい市場販売所を立ち上げ、双方の社長を兼務。79歳。魚卸歴約60年のベテラン。

メバル、カサゴはサイズがそろわないのが難点。市場では「型がそろわない」という言い方をしますが、ふつう、大量に獲れる魚はサイズごとに箱詰めして出荷します。ところが、箱詰めして他県に出荷できるほど、サイズがそろわないのです。そのため、水揚げされた地域で地元消費されるケースがほとんどです。

数年前に漁師といっしょに、県内で水揚げされる魚の量や単価、味覚について5点満点でスコア評価しました。それを見ると、メバルは、3月、4月が量が多く味もよく、単価も高いことがわかります。メバルは1年中獲れますが、相対的に春に出回る魚ですね。



香川県魚市場が作成した香川で獲れる魚の評価。

どんな食べ方がありますか？

味は淡泊な白身魚で、身が骨からほろっと取れて、おいしい魚です。食べ方は、小さなものはそのままみそ汁に入れたり、丸ごと唐揚げにしたり。煮魚にしてもおいしいです。ただ、小さいメバルは小骨が多く、子供には食べにくいかもしれません。また、骨が多いので刺身には向かない魚です。(最後のページに「メバルのみそ汁」のレシピを紹介しています。)



坂出「海の幸ふれあい市場」には新鮮な地魚がズラリと並んでいる。

漁獲量が減っている

メバルやカサゴは身近な魚ですが、最近は香川県だけでなく、瀬戸内海全体で漁獲量が減少傾向にあります(※2)。そのような背景もあり、メバルに限らず乱獲にならないよう、海上に禁漁区域を設けたり、漁法によって禁漁期間を設定したりしています。また、温暖化による海水温の上昇も、影響しているように思います。



カサゴの煮付け。海の幸ふれあい市場には惣菜コーナーもある。

それと、1960年代までは「タケノコメバル」というメバルの仲間も瀬戸内海にいましたが、70年代から激減し、80年代にはほとんど絶滅に近い状態になったため、香川県水産試験場が生産技術を開発して復活させた、という事例があります(※3)。近年、自然界のいろいろな動植物が絶滅しかけ、その手前で復活させたという話がありますが、タケノコメバルは、サワラと並んで瀬戸内海におけるその象徴となっています。(※2) 1970年代には県内約550tの漁獲量がありましたが、2019年には約100tまで減少(香川県水産試験場推計値)しています。

(※3) 香川県水産試験場が行ったある調査では、タケノコメバルは1973年には数多く漁獲されていましたが、1983年に1尾漁獲されたのを最後に獲れなくなりました。その後、1998年からタケノコメバルの生産試験が開始され、2002年からは毎年放流されています。



香川県水産試験場で人工生産されたタケノコメバルの幼魚。



毎年数万尾を放流し、資源の復活を目指している(写真は香川県水産試験場提供)。

食べて
守ろう
かがわの
里海

香川の郷土料理研究家・十川時子さんの

メバルのみそ汁

所要時間
15分

(下ごしらえを除く)

【材 料(4人分)】

- | | | | |
|------------|-----------------|------------|----|
| ◆メバル | 小4尾(大きいものは2尾) | ◆木の芽 | 適宜 |
| ◆酒 | 大さじ1 | ◆ゆず皮 | 適宜 |
| ◆白みそ | 大さじ4 1/2(=約80g) | | |

下ごしらえ

- ① メバルのウロコと内臓を取り除き、洗う。メバルが大きいようなら2尾用意して半分にする(写真1)。



写真1

作 り 方

- ① 鍋に水カップ4と酒、メバルを加えて中火にかけ、3分ほど煮た後、火を弱めて泡とアクを丁寧に取りながら(写真2)5~6分煮る。
- ② ①の煮汁で白みそを滑らかに溶いてから(写真3)、①の鍋に入れ中火でさっとひと煮立ちさせる。
- ③ お椀にメバルと汁を入れ、吸い口の木の芽と薄切りのゆず皮をあしらう。



写真2



写真3

伝承メモ

白みそ仕立ての讃岐らしいおみそ汁です。メバルはお椀に入る程度の小さなサイズなら1尾ずつ、大きければ半分にして使います。骨付きのまま煮るのでおいしいだしが出て味わい深く仕上がります。(十川さん)



十川さん



発行元: 香川県環境森林部環境管理課
里海グループ

〒760-8570
香川県高松市番町四丁目1番10号
☎ 087-832-3220 2020年3月発行

