



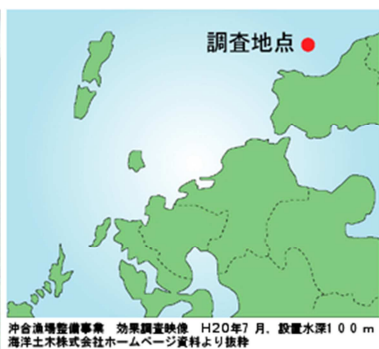
©長門市水産物需要拡大総合推進協議会
photo: 19/Aug/2013

長門市仙崎のメダイについて

学名	<i>Hyperoglyphe japonica</i>
英名	Pacific barrellfish
分類	スズキ目イボダイ科メダイ属
和名	メダイ(目鯛)
仙崎市場名	ダルマ

メダイと聞いてどのような魚をイメージされるでしょう。キンメダイの仲間と思われる方もいるのではないですか。すぐにメダイのスタイルをイメージできる人は多くはないはずです。タイと名が付きますがメダイは一般的に想像される鯛(真鯛)とは似ても似つかぬ姿。それもそのはずで、メダイは真鯛と異なるイボダイ科の魚でございます。特徴

的なのはギョロっとした目。それで「目鯛」と名付けられたのかもかもしれません。そのほかの印象としては丸々とした愛嬌のある魚体で赤色ではないのですが、山口県や島根県では「ダルマ」と呼ばれています。この呼称に馴染みがあるのですが、テキストではメダイで統一しましょう。



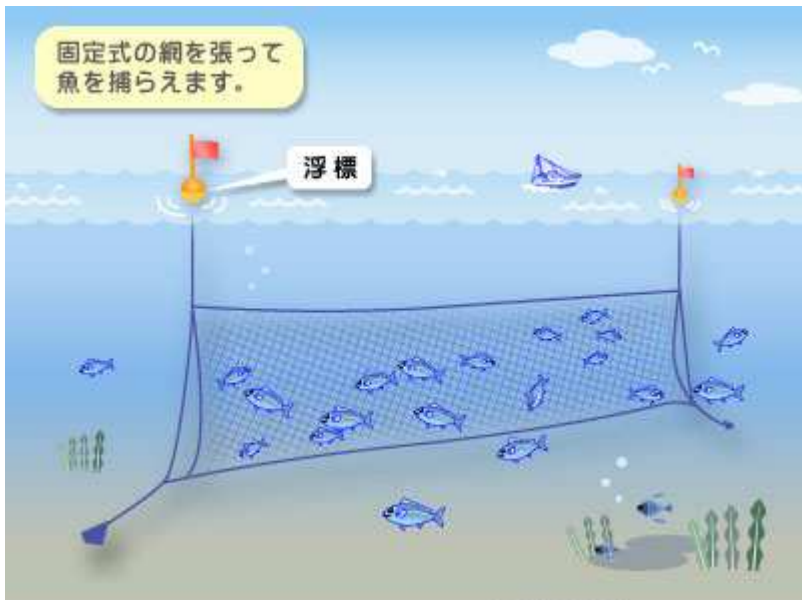
メダイの生態 メダイはもともと太平洋側を中心に生息していると思われていたため日本海側の生態についてはあまり知られていませんでした。日本海側のメダイは平成9年頃より漁獲量が増加に転じており、近年の研究で長門市沖のメダイは満1歳で約34cm、2歳で46cmに成長し、3歳でおよそ56cmになることが分かっています*1。

*1 河野 光久, 繁永 裕司(2011年). 山口県日本海沿岸域におけるメダイの年齢と成長. 山口県水産研究センター研究報告 9 95-98

メダいの漁法とブランド育成 仙崎に水揚げされるメダいは主に沖建網によるもので、夏季であればおよそ水深 80~130m付近を探ります。メダいは生態的に高水温を嫌うようで、だいたい 21 度以下の水温域に分布するといわれているからです*2。

沖建網とは建網漁のひとつで、網は3枚重ねの構造をしています。1枚の細かい目合いの網を真ん中にし、その両側に大きな目の網を重ねて、錨や沈石などで海底に固定します。付近を泳いでいる魚が建網の網目に絡まる形で漁獲される漁法です。この漁法には操業制限が課されており、8時から14時の間は営むことが禁止です。また、「二島ぐり」、「沖のくり」と指示される海域については、日没30分前から23:59までの操業時間が厳命されています。

海底の天然魚礁、人工魚礁付近を遊泳しているメダいを獲るには、建網をこの位置に落とさなければなりません。船長は魚群探知機、潮流計を見て、その時の風向きを勘案し、網入れのポイントを決定します。長門市沖を流れる対馬暖流は、表層と海底付近の低層で潮の向きや速度が異なるため、狙った地点に網を落とすことは至難の技術であり、これがメダいの漁獲高を左右します。



沖建網のイメージ図



ブランド PR シール

メダいの旬と食べ方 山口県日本海側のメダいは10月から3月にかけて産卵時期を迎えるとされ*4、食べて美味しいと言われる含有脂肪量が増えてくるのが7月から10月であることが分かりました*5。この期間の脂肪量は 20%を超えていますから、旬は夏から秋といえるでしょう。また、その季節以外でも



*2 河野 光久,石田 祐司,繁永 裕司(2010年).山口県日本海沿岸域におけるメダいの分布.山口県水産研究センター研究報告 8 23-26

*3 メダいの神経抜きによる鮮度保持効果について(2011年). 山口県水産研究センター 外海研究部からのお知らせ

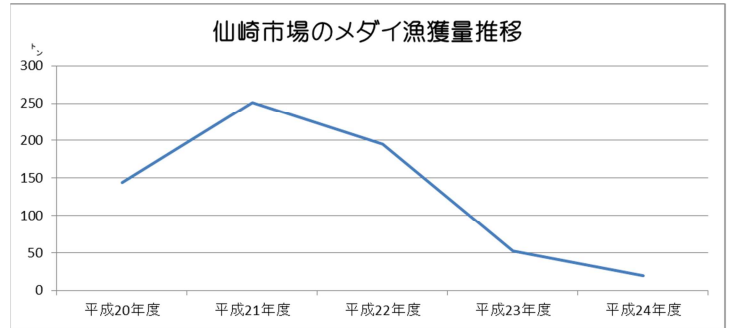
*4 河野 光久,繁永 裕司(2011年).山口県日本海沿岸域におけるメダいの成熟および産卵.山口県水産研究センター研究報告 9 99-103

*5 白木 信彦(2011年).メダいの成分分析結果.山口県水産研究センターだより .2011(4) 4

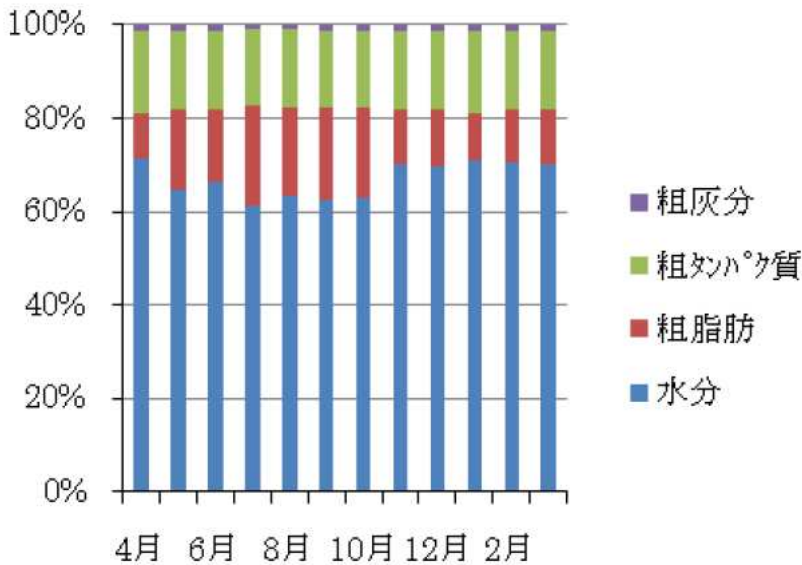
脂質は平均して10%以上を保ち、冬のメダイは刺身で食べるのに丁度よいと話す漁業関係者が多いのは頷けます。

表現はよくありませんが、グロテスクな魚の方が食べてみるとずっと美味しかったりします。メダイもその類に漏れず、まったく味わいの深い魚。脂の乗った切り身はマグロのトロにも勝るでしょう。上品な白身は刺身、焼物、揚げ物、煮付けと幅広い調理法で楽しめる、いうなればレシピの万能魚。メダイによく似たイボダイ科の魚は太平洋、大西洋沿岸域でも釣れていて、海外では主にカルパッチョや味噌焼き料理として楽しまれているようです。

メダイの漁獲量 さて、仙崎市場に水揚げされるメダイはどのくらいあるのでしょうか。近年においては4年前の250トンを境に急激なカーブを描きながら減少に転じ、昨年度は20トンを割り込みました。島根県が調べた報告書によれば、日本海西南沿岸海域において、メダイ幼魚の来遊量は平成21年以降著しく減少したとあり、来遊幼魚の採集量と漁獲量は経年後の相関関係が明らかとなっています*6。特に平成22年から23年にかけてメダイ幼魚の採集がなかったことを考えると、昨年来の不漁はもうしばらく続くのではないかという見解ができ、魚価は高くなる傾向にあります。



メダイの栄養 五訂食品標準成分表*7 にメダイは記載がなく公的資料が存在しないため、詳細な栄養成分表は揭示できません。東京都の調べ*8 によるメダイの簡易成分表が公表されていますが、山口県水産研究センターによる脂質データと明らかに異なります。よってここでは山口県水産研究センターが、日本海側で採集したメダイを分析した結果図を参照としました。



メダイの一般成分分析結果：山口県水産研究センター(2011年)

この報告書*5 によると、粗灰分と粗タンパク質が平均して20%近くあるのに対し、粗脂質は10~20%の幅で産卵期前後に変動しています。

タンパク質に含まれる遊離アミノ酸成分は、タウリン、ヒスチジン、リジンが多く、脂肪酸ではオレイン酸、パルチミン酸、DH Aの順に多くみられました。

*6 森脇 晋平,寺門 弘悦,安木 茂,佐々木 正(2013年).沿岸漁業の複合的経営に関する研究-V.島根県水産技術センター研究報告 5 13-18

*7 五訂増補日本食品標準成分表(2005年).第三章魚介類.文部科学省科学技術・学術政策局政策課資源室

*8 船山恵市,他9名.東京都島しょ地域特産食品の栄養成分値(2008年).東京都健康安全研究センター年報 59 179-185

メダイのレシピ

メダイのポワレ

まず焼き物から。塩こしょうした切り身をオリーブオイルで焼き、さっと白ワインを振りかけて少々蒸したらふっくらと仕上がります。



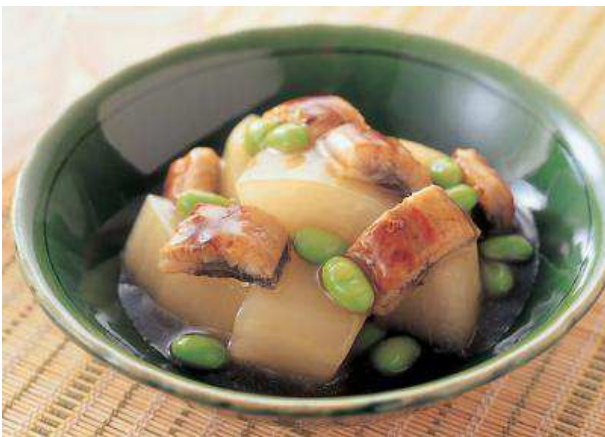
メダイの照り焼き

これまた定番。みりん、酒、しょうゆが甘く溶け合ってメダイにぴったり。



メダイの煮付け

やっぱりメダイの味をしみ込ませた野菜といっしょに。大根が代表的な組み合わせですけど、おすすめは冬瓜。メダイの脂を吸った冬瓜は最高です。イメージ写真はウナギを使った料理ですが、夏の野菜であれば長門市でよく獲れる黒瓜に魚はメダイがいいでしょう。



メダイの焼き物カレー風味

カレー粉と小麦粉を混ぜあわせて切り身にまぶし、こんがり焼いてからエシャロット、オリーブとトマトのオレンジソースをかけて召し上がる一品。コリアンダーかパクチーで香り付けし、エスニックな風味に仕上げています。



作り方

- ① メダイの切り身に塩こしょうをふり馴染ませておく。
- ② エシャロット（なければ玉ねぎ）、オリーブの実はみじん切りにしておく
- ③ トマトは1cm角にカットしておく。
- ④ カレー粉と小麦粉をよく混ぜ①の両面にまぶし、フライパンにサラダ油をひいたら中火で8分ほど焼き、両面が黄金色になったら取り出す。
- ⑤ 切り身を取り出したフライパンの表面さっと拭いたら油をひきなおし、エシャロットを炒める。
- ⑥ エシャロットに火が通ったところでオリーブ、トマトの順に加えて炒め、オレンジジュースを加えて温めたのちにコリアンダーを振りかける。
- ⑦ 器に切り身を置き、⑥を振りかけて出来上がり

材料:4人前

メダイの切り身	4枚	カレー粉	小さじ2
塩こしょう	少々	小麦粉	大さじ2
エシャロット	1個	オレンジジュース	50cc
オリーブの実	8粒	コリアンダー	小さじ2
トマト中	1個	サラダ油	少々

海幸
うみさちせんざき
仙崎

お魚さくらら、人もさくらら。
金子みずゝを育った仙崎の海
から、海の幸に感謝をこめて。
<http://www.senzakisakana.com/>

仙崎市場について

長門市には、14の漁港があり、各漁港では一本釣、底曳網、巻網、棒受網、引網、刺し網、採貝採藻など多種多様な漁業が営まれています。また、水揚げされる魚介類は、鮮度の良さと種類の豊富さが特長としてあげられ、生鮮魚介類は仙崎市場に一元集荷され、加工用原料魚は湊市場を中心とした水揚げ港の市場でセリにかけられています。

問い合わせ先

長門市水産物需要拡大総合推進協議会
〒759-4192

山口県長門市東深川 1339-2(長門市商工水産課内)

電話

0837-23-1145

FAX

0837-23-1146

Eメール

suisan@city.nagato.lg.jp