

<http://www.uoichi.co.jp>

■■株式会社うおいち メールニュース Vol.361

2013.9.26

いつも株式会社うおいちを ご愛顧いただきどうもありがとうございます。

◆◆「旬の魚」 No. 66 ニギス

関西ではほとんど生のニギスを見かけることはなく、大阪の市場への入荷もあまり多くありません。一般的に関西で売られているニギスと言えば、加工品の焼きギスや干しギスではないでしょうか。

春と秋が産卵期のニギスは、これから旬を迎えます。9月の旬の魚は、そんなニギスを紹介します。

● ニギスの写真

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/disp_guide.asp?id=261&file=1



■ こんな魚です

全長 23~25cm 程の細長い形で、シロギスとよく似ています。体の大きさに比べて大きな目をしています。口は突き出しており、上あごより下あごの方が少し長くなっています。

体色は背側が灰褐色、腹側が白色ですが、全体的に白濁して透けているようにも見えます。鰓部分が銀色で、体の側面にも銀色の線が走っているのが特徴的です。獲ってすぐは大きなウロコにおおわれて、体全体がキラキラしています。しかしこのウロコははがれやすく、店頭に並ぶ頃には輝きは失われてしまいます。

福島県沖以南の太平洋や日本海沿岸の、水深 100~200m 程の砂泥底に生息しています。主な餌として、オキアミなど小型の甲殻類を食べます。ちなみにニギスは、同じような水深の砂泥地に生息しているヒラメやカレイ類の餌となります。

ヒラメやカレイ類が底曳き網で獲られるように、その餌となるニギスも主に底曳き網で獲られます。新潟県・石川県・愛知県・兵庫県・島根県などを中心に、日本海側でも太平洋側でも漁獲されています。産卵期は年 2 回あり、3~4 月と 9~10 月です。この時期のニギスは脂がのり、漁獲量も多くなります。

分布図

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/disp_guide.asp?id=261&file=3



■ ニギスの名称

名前が示すように、ニギスはシロギスとよく似た形をしています。漢字でも「似鱧」と書きますが、実はニギスはキスの仲間ではありません。ニギスはニギス目ニギス亜目ニギス科ニギス属に分類されますが、一方キスはスズキ目スズキ亜目キス科キス属に分類されます。親戚筋でもなく、全くの赤の他人なのです。ニギスには脂ビレがあることよりサケの仲間、キスはスズキの仲間などと言われています。

地方名も「沖で獲れる〇〇によく似た魚」に由来したものが多く、沖ギス・沖ウルメ・

沖イワシなどと呼ばれています。その他、目が大きいキスとして、目鱈(メギス)と呼ばれたりもします。

■ ニギスを食べる

ニギスは白身であっさりとしており、うっすらと脂がのり独特な風味がします。お手ごろな値段で売られており、手に入りやすい産地では庶民の味と言えるでしょう。

鮮度落ちが早く、産地以外では加工した焼きギスや干しギスが売られています。産地では鮮度が良い物を刺し身や酢メにしたり、天ぷらや唐揚げ、煮付けなどで食べます。その他、すり身をつみれにし、鍋や味噌汁の具として入れます。また、はんぺんなどにも使用されています。

生のニギスを買う機会があれば、目が透明で澄んでいて、魚体も透明感があるものを選んで下さい。また魚体が大きければ大きいほど、脂がのっています。

焼きギス写真



ニギスをより身近に知ってもらって食べてもらう試みとして、各地で新しい食べ方などが考えられています。

富山では、ニギスの魚醤が売られています。新鮮なニギスと塩、醤油麹、水を使って発酵・熟成させています。醤油麹とニギスの風味が合わさり、独特な旨みのする醤油に仕上がっています。

兵庫では、生のニギスのほぐし身をカツにした物を野菜とはさんで食べるニギスバーガーが開発されました。

三重ではニギスを具に使った餃子が売り出されています。

どれも変わった食べ方で、産地に行く際にはぜひ味わってみたいものです。

■ おいしいレシピ

● 焼きニギスの煮付け

既に焼いてあるニギスを、豆腐と葱と一緒に醤油煮にしました。煮汁に焼いた香ばしさが溶け込んで、これまたおいしい!! 一晩置いておくと、より味が染み込みます。

料理写真

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/disp_recipe.asp?id=396



【材料（2人分）】

焼きニギス…4尾

木綿豆腐…半丁

白葱…1本

☆煮汁

料理酒…大さじ3

醤油…大さじ3

みりん…大さじ2

水…大さじ4

【作り方】

- ①豆腐・葱を適当な大きさに切る。
- ②調味料をあわせて煮汁を作り、火にかける。
- ③沸騰した煮汁にニギス、切った豆腐と葱を入れる。
落とし蓋をし、中火で煮込む。
- ④具材に火が通れば完成。

■旬の魚のバックナンバーはこちらから

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/main_bknum_fish.asp

参考：原色魚類大圖鑑 (株)北隆館

■■株式会社うおいち メールニュース

お問い合わせ先

株式会社うおいち 販促営業広報課

電話：06-6469-2051

MAIL：kouhou@uoichi.co.jp

メールでのお問い合わせは、返答に時間がかかる場合があります。

あらかじめご了承ください。

●株式会社うおいちのホームページはこちらから

URL <http://www.uoichi.co.jp>

●取引先会員ページはこちらから

https://www.uoichi.co.jp/uoichi_member/member.asp

●取引先会員ページのログインIDとパスワードを忘れた時は

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_member/01/send_password.asp

●お問合せのメールアドレスは

kouhou@uoichi.co.jp
