

いつも株式会社うおいちを ご愛顧いただきありがとうございます。

「旬の魚」 No.73 イシダイ(石鯛)

大きいものは全長 80cm、10kg 以上にもなり、釣れたときの強烈な引きから言わずと知れた磯魚の王者。もっとも 2kg を越すような大型はなかなか釣れないようで、西日本中心に磯ねらいの太公望には垂涎の魚です。ただこの魚、名前はおなじみでも漁獲量が少なく値段も高め。スーパーや魚屋さんの店頭などにはあまり並ばないことから、食べたことのある人は意外と少ないかも知れません。刺身にした旨さは一級品で、めぐり逢えたら是非ご賞味を！ 今月は、そんな魚「イシダイ」の紹介です。

こんな魚です！

形態・分布

平たくて体高が高く、銀灰色の体表に 7 本の黒い横縞がこの魚の特徴です。ただ横縞は雄の場合は若魚のみで、成長するにつれ薄れて体全体が黒灰色になり、縞が見えなくなってしまいます。雌の横縞は若魚に比べたら薄れるものの、そのまま残ります。成魚は口の周りが黒くなることから「クチグロ」とも呼ばれます。

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/disp_guide.asp?id=259&file=1



横縞がはっきりした若魚

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/disp_guide.asp?id=259&file=2



成長とともに色が薄れます

口は小さく鳥の嘴のように突き出しています。歯は硬く上下ともニッパーのように繋がってとても強力です。歯の形は食性と大きく関係しますが、岩に付いたフジツボなどの餌を噛み砕いて食べるのにとても都合よくできています。この歯はとてもユニークで、下に何層もの若い歯が控えていて、上端が磨耗すると下から新しい歯が出てくるようになっています。

分類学上はスズキ目イシダイ科イシダイ属の魚で、「タイ」と付きますがマダイトとは関係が無く「あやかりタイ」の部類。小笠原諸島を除く北海道以南の日本各地、朝鮮半島や南シナ海に生息します。同じ仲間にイシガキダイがありますが、分布は本州中部以南でイシダイよりも暖かい海です。イシガキダイの形や食性はイシダイそっくりですが、体表は横縞ではなく石垣模様です。イシガキダイの場合は成長すると口の周りが白くなることから「クチジロ」とも呼ばれます。ちなみに西日本ではイシダイとイシガキダイの生息域が重なるので、極まれにですが混血、つまりイシガキイシダイも発見されます。

イシダイの分布図

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/disp_guide.asp?id=259&file=3



生態

イシダイの産卵期は4月～7月で、水温が20度前後になると外洋に面した沿岸域で始まります。卵の数は200万前後で、産卵・受精は何回にも分けて行われます。孵化した稚魚は流れ藻に付いて浮遊生活をします。甲殻類のプランクトンなどを摂って成長し、体長3cm前後になると港などの沿岸部ですごし、やがて8cmくらいになると岩場に移って生活するようになります。そして1年で15cm、2年で20cm、4年で30cm、6年で40cmくらいにまで成長します。10～20cmの若魚は20～30尾くらいの群れを作って行動しますが、成長に従って単独で行動するようになります。岩場に移ったところは雑食性で底性生物や海藻類を食べますが、成長するにつれフジツボなどの付着動物やカニ・ヤドカリなどの甲殻類、ウニなどを好んで食べるようになります。

幼魚の時は好奇心旺盛で、怖いもの知らず。海水浴客やダイバーに近づいて

突いたりすることから静岡では「チン カミ」と呼ぶそうです。水槽に他の魚と一緒に飼うと突いて傷つけてしまうので、水族館でも隔離して飼っているようです。

名前

石をも噛みくだきそうな硬い歯を持っていることからイシダイ（石鯛）と呼ばれるというのが定説です。英名ではStriped beakfishだそうで、さしずめ縞模様で嘴のある魚といったところ。体表の横縞が歌舞伎の三番叟（サバウ）に出てくる烏帽子の縞模様とそっくりなことから、若魚は各地で「サンバソウ」と呼ばれます。関西の場合、成魚は「ハス」とも呼ばれます。淡水魚にも標準和名がハスという魚がいて、ちょっと紛らわしいですね。

養殖

人工孵化による種苗生産も行われていて、養殖物もかなり以前（1970年代頃？）から愛媛や高知など各地で生産されています。イシダイは単独で養殖するよりも、混養といって他魚種と一緒に育てた方が成長が良いため、通常はシマアジやマダイなどと一緒に養殖されます。これはシマアジやマダイの食欲に刺激されて、単独で養殖するより餌をたくさん食べるようになるからと考えられています。養殖の囲い網に付く藻類やフジツボなども食べるので、網掃除の手伝いもなります。

ただしこの魚、他の養殖魚に比べて成長が遅く、出荷サイズの800gくらいまで育てるのに3年もかかって効率が悪く、生産は減少傾向のようです。

市場への入荷

入荷が多いのは産卵前の3月～5月で、三重、徳島、高知、千葉などから定置網や刺網で漁獲されたものが主に活魚で入荷します。夏から秋の入荷はとてま少なく、冬が近づく11月頃から春にかけて徐々に増えてきます。養殖物は通年入荷がありますが、天然物の5%程度と少な目です。天然物活魚の平均単価は市場の卸値でも2,000円/kgほどして高級魚の部類で、手軽に食べられないのが玉に瑕ですね。

イシダイの旬は産卵前で身質も良く漁獲も多い春です。ただイシダイは脂肪分が7.8%もあって白身魚の中では飛びぬけて多く、いつ食べても美味しいように思います。夏が旬と言われることもありますが、マダイやヒラメなど白身魚の味が落ちる夏場に脂肪分の多いイシダイの旨さが際立つからなのかもしれません。

美味しい食べ方

何と言っても刺身や中華風刺身、カルパッチョなどの生食がお勧め。血合いの色が赤く白身部分とのコントラストが鮮やかで見た目も美しく、脂肪分が多いためか旨味も濃厚です。刺身にした後の皮は、湯引きにして食べると美味しい。アラは煮付けや潮汁などに。

石鯛の薄造り

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/disp_recipe.asp?id=446



石鯛のあら煮

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/disp_recipe.asp?id=447



レシピはこちら！

http://www.uoichi.co.jp/uoichi_info/recipe.asp?fishid=259

【参考】

現代おさかな事典

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

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
