

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.76 イワガキ

今回は、夏に食べる大型のカキ「イワガキ」を紹介します。

イワガキの写真



殻が非常に厚く、靴のような形をしているため「クツガキ」ともいわれます。殻長20cmほどの大きさになります。

イワガキの分布

北海道南部から九州に至る日本沿岸に分布します。生息域は、外洋に面した岩礁域で、水深20mまでのところ です。



イワガキの分布図

イワガキの漁業・産地

天然物は海底の岩場などに生息しています。消波ブロックなどコンクリートでできた塊に群生していることもあります。これらを素潜りで獲ります。

天然物は三重・徳島・大分・京都・香川などから市場に入荷しています。

養殖は各地で行われています。方法はマガキと同様、種苗（稚貝）を海面筏からつるして、2~3年かけて出荷できる大きさまで育てます。

天然物が出荷サイズに成長するまでには5年以上かかるといわれていますので、それに比べると短期間といえるでしょう。

他の魚介類同様、天然・養殖ともに「ブランド イワガキ」がいくつか登場しています。

マガキとイワガキ

日本で食用とされている主なカキは、マガキとイワガキです。一般的に「カキ」として流通しているのは秋から春にかけて入荷するマガキで殻長は約10~20cm、これにたいして「イワガキ」は殻長15~20cmとやや大型です。

イワガキは、秋に産卵期を迎えます。旬は夏場となるため「夏ガキ」とも呼ばれています。夏でも生で食べることができるので喜ばれます。大きい粒は食べやすい大きさにカットしていただきます。

気になる「お味」ですが、マガキが古くから「海のミルク」といわれていることから、イワガキはそれよりも“クリーミーで濃厚”ということもありチーズに例えられたりします。お盆までが最盛期で、入荷は9月までありますが、需要は次第にマガキに移っていきます。マガキとイワガキをあわせると、ほぼ一年中「カキ」を楽しむことができるのは“カキ好き”には嬉しい限りです。

イワガキについて調べていると古い図鑑なら記載がないものもあり、気になって担当者に聞いたところ「クローズアップされ始めたのはここ10年ぐらいでしょうか」とのことでした。納得しました。

イワガキの栄養

マガキは海のミルクといわれていると先にも書きましたが、牛乳に匹敵する栄養素が含まれているからだそうです。マガキ同様イワガキも栄養価は高く、脳細胞を活性化し、集中力を高めるアミノ酸や、新陳代謝に欠かせないミネラルなどを豊富に含んでいます。

オイスターバー

いろいろ調べているうちにどうしても食べたくくなりました。「オイスターバー」というと夕食やアルコールのイメージですが、ランチメニューもあったので行ってきました。1個からオーダーできたので、この日おすすめの大分県産イワガキにレモンをしばっておいしくいただきました。産地によってクリーミーさや塩気などが違い、それぞれに合うワインが紹介されていました。

おいしいレシピ

イワガキのカキフライ



【材料】

イワガキ(剥き身でも可)、小麦粉、パン粉、卵黄

【作り方】

イワガキをむき、中身を取り出します。

カキをよく洗い、水気をキッチンペーパー等でよくきります。

小麦粉を薄くつけ、卵黄につけパン粉をまぶし、油で揚げます。

参考文献 『現代おさかな事典』(NTS INC)、『旬の食材』『魚の目利き食通辞典』(講談社)、『食材魚貝大百科』(平凡社)、『からだに美味しい魚の便利帳』(高橋書店)

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
