

魚が食べた〜くなる情報満載!

からと新聞

2012

夏号

KARATO NEWSPAPER

発行/シーフードマイスターお魚ひろめ隊
■お問い合わせ/唐戸市場業者連合協同組合
TEL083-231-0001 FAX083-231-0053
下関市唐戸町5-50 ■受付時間/5:00~13:00

旬のおさかな イサキ

【スズキ目イサキ科】



仁井田 恭勝
(有)仁井田商店

うな魚が頭に浮かんできますか?

あまりなじみのない魚かもしれませんが、

しかしタイやアジ、スズキやキスと同じ仲間

で、この下関では良く目にする魚です。

一時期を除いてほぼ一年中市場で売られ

ています。その中でも特に美味しくなる

のが、5月の始まりから6月いっぱい

の初夏と言われる時期です。梅雨の時期とも

重なるので、脂の乗った物を梅雨イサキ

とも呼ぶこともあります。

なぜこの時期がおいしくなるのかと言

うと、イサキは6月から9月の間に産

卵を控えているため、それに備えて餌

をたくさん食べ栄養をたくわえているか

らです。

そしてたくさん獲れるので、価格も安

く、さらに卵や白子もたつぷり入っている

のでお得感満点です。

また冬の11月〜1月頃にとれる物も寒

イサキと呼ばれ、身が締まっておいしく

初夏からが旬のイサキ タイよりおいしいかも!?

裏の旬とされています。

イサキの生態

イサキは藻場と呼ばれる海藻の多い沿岸や内湾の波の静かな場所やもう少し深い岩礁地帯を好んで住みつき、夜行性で暗くなると岸の近くに向かい小さなエビやカニ、ゴカイなどを食べて生活しています。

幼魚のうちは背中に頭から尻尾にかけて三本の黄色い線が入っていますが、成長するにつれこの線は消えて全身が濃い灰色になります。

大きなものになると体長が30センチを超えます。

漁獲方法は主に一本釣り、定置網、はえ縄で、そうしてとれた物の中でも活魚(魚が泳いでいられる生きた状態)のまま入荷された魚は

特に高い価格で取引されます。

しかしそうでない

場合でも鮮度

がとても重要

な魚です。

イサキ編

めき
目利きに
なろう!

イサキは新鮮な物でも目が曇った物があります。魚体にもつやがあり、肩や腹に張りがある物を選びましょう。7月も半ばを過ぎるとやせてきます。

★旬のオススメ! お魚ランキング♪★

1位 アジ 2位 アオリイカ 3位 メンボウ 4位 ブトエビ(小エビ) 5位 タコ

このランキングは、6月~8月までの旬魚の中でも唐戸市場で特にオススメしたい順です。ぜひこの季節に食べてみてください。

唐戸市場は「いつでも、だれでも」お買物を楽しんでいただけます。



イサキのおまめレシピ

お手軽で、とっても美味しい料理をご紹介します！



酒井商店
酒井由美子さんのおすすめ

イサキのアクアパッツア

- ① いさきはうろこを取り、えらと内臓を取り出してきれいに水で洗う。
- ② いさきの水気をとり、両面に強めの塩、こしょうをする。
- ③ トマトは四つ切りにし、にんにくはスライスしておく。
- ④ フライパンにオリーブオイル(やや多め)、にんにくを入れ、中火でゆっくりといさきを両面焼く。
- ⑤ 焼きあがったらオリーブオイルをペーパーなどで取り除き、トマト、あさり(缶のスープごと)、ボイルホタテ、水、白ワインを入れてふたをして(7分~8分)煮る。
- ⑥ 塩、こしょうで味を調える。
- ⑦ スープごと器に盛り付け、彩りにブロッコリーを飾り出来上がり。



今回のポイント

・お子様にも食べやすいよう、むき身のあさり、ホタテを使いました。
・簡単にできて、お味は本格イタリアンです。
・アクアパッツアというだけに、スープも美味しいのでパスタやそうめんを入れてもいいですよ。



材料(2人分)

いさき	大きめ1尾
あさり(水煮缶)	1缶
トマト	小さめ3個
にんにく	1片
ボイルホタテ	4個
ブロッコリー(ボイル)	彩りほど
オリーブオイル	適量
塩・こしょう	適量
水	100cc
白ワイン	100cc

シーフードマイスターお魚ひろめ隊

おすすめ旬料理!

唐戸市場 食育

食べ物大切さ、食文化の継承、食を通じて、自然への感謝を子供たちに伝えたい。

お魚の教室を

ご希望の方は、お気軽に
お問い合わせください。

唐戸市場業者連合協同組合
☎083-231-0001まで

お魚ひろめ隊活動報告

お魚のさばき方教室

下関漁港

下関中央魚市場(株)

使用した魚：レンコダイ



大谷 昇市

いつもスーパーでパックに入った魚を使って料理していると割高感がありますね。魚をおいしく食べるコツは、自分でさばいてみることです。さあ、今回は大きなレンコダイを「1匹まるごと食べよう」。

料理教室を受講された皆さんはラッキーでした。中央魚市場(株)のおかげで大きな魚を使用でき、また帰りには700gもあるレンコダイのお土産までついていました。ただ、カブト割りは大変でしたね。

何でも気軽に聞けて良かった〜。



鋼製以東沖合底曳網漁船

第三やまぐち丸 第五やまぐち丸 竣工

平成24年3月24日

下関漁港で11年ぶりに沖合底引の新造船が誕生しました。1月に進水・3月に竣工・4月1日から操業しています。船名は『第三・第五やまぐち丸』で、すでに第一・第二やまぐち丸は操業しています。同船は、各所にハイテク機能を使っており、省エネ・少人員、また鮮度向上を考えて造っています。これからはより鮮度の良い魚がたくさん水揚げされることでしょう。【記事：大谷 昇市さん】



【主要寸法等】

全長	31.85m
幅	6.30m
総トン数	90トン
許可トン数	69トン
魚艙容積	46.83m³
清水容積	10m³
燃料油容積	23m³
定員	10名
速力	12.1kt
(トリアルMAX)	

海響館クイズ

イサキ

イサキは漢字で書くところある別の生き物が用いられます。それは次のうちどれ？

- 1、猪 2、鶏 3、蛙

Q2

イサキの幼魚はある体の特徴から、別の生き物の子供の名前で呼ばれます。それは次のうちどれ？

- 1、ウリボウ 2、メロ 3、オタマジャクシ

Q3

イサキは、大変骨が太いため、かたいものを扱うある職業の人でさえ手に負えないという意味で「○○○○」とも呼ばれます。○○に入る職業は何でしょう？

Q4

イサキは初夏が旬であることから、この時期のイサキを○○イサキと呼ぶこともあります。○○に入る言葉は何でしょう？

答え

A1 鶏・イサキの背ビレがニワトリのとさかに見えることから鶏魚と書きます。

A2 ウリボウ・イサキは小さい頃、体に縞模様があるため、同じような特徴を持つイノシシの子供「ウリボウ」と呼ばれます。

A3 鍛冶屋
A4 麦わら(もしくは梅雨)



イサキ



イサキの幼魚