

ウシノシタ類の旬

岡山県のウシノシタ類の漁獲量は、平成13～18年では約460～650トンで推移し、漁船漁業の総漁獲量の6～10%を占める。ウシノシタ類は「ゲタ」と呼ばれ、煮付け、唐揚げ、ムニエル等に調理され庶民の味として親しまれているが、22年から県漁業協同組合連合会が地域の誇れる食材として新たなブランド品目にするため「おかやまソール」と名付けて消費拡大にも取り組んでいる。

岡山県沿岸ではイヌノシタ、コウライアカシタビラメ、アカシタビラメの3種類（写真1）が主に漁獲対象となっているが、それぞれ特徴があり最大長、産卵期、生息場所のほか、漁獲の盛期が異なる（図1）。たとえば、アカシタビラメとイヌノシタの産卵期は6～7月で、コウライアカシタビラメは4月、アカシタビラメを除くと産卵期の漁獲量が多い。

ところで、水産研究所では県産水産物の付加価値向上を目的として、地魚の成分特性の解明に取り組んでおり、今回はウシノシタ類に関する研究の一部を紹介する。

ウシノシタ類3種の月別成分組成は、およそ水分79～80%、粗タンパク質18～20%、脂質0.1～0.4%の範囲にあり、水分と粗タンパクに季節変化がみられるが、種間では差がなかった。脂質は極めて少なく、3種の中ではコウライアカシタビラメがやや多かった。一般に魚は季節により脂質含量に差があり、味も異なってくるため美味しい時期の旬のものを選ぶのがよいとされるが、ウシノシタ類の場合は脂質が少なく、他の成分の季節変化も少ないことから漁獲の盛期が、いわゆる旬と考えられた。



写真1 ウシノシタ類3種（上からイヌノシタ、コウライアカシタビラメ、アカシタビラメ）

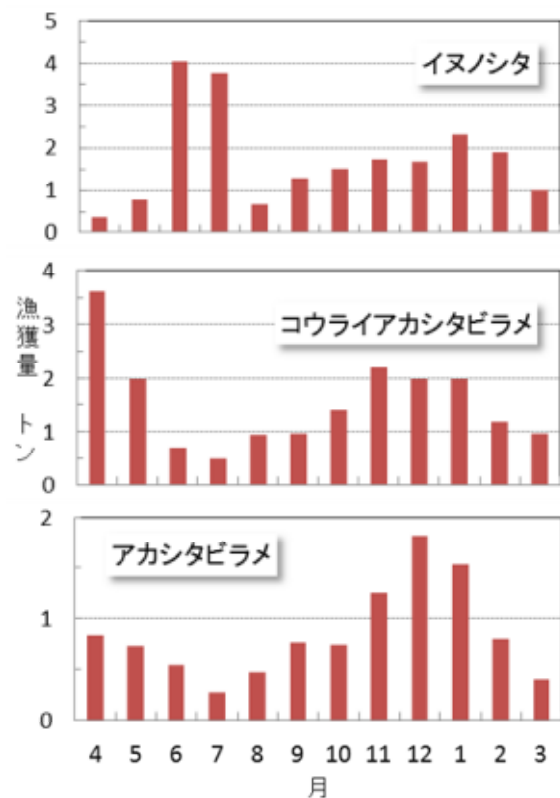


図1 ウシノシタ類の月別漁獲量
（平成22年度 瀬戸内市牛窓町地先）

味を形成する物質（呈味成分）としては、グルタミン酸に代表されるアミノ酸やペプチド、イノシン酸等の核酸関連物質等が知られている。産卵

期前のウシノシタ類3種について遊離アミノ酸を分析したところ、うま味系と甘み系の成分であるグリシン、グルタミン酸、アラニン、及びリジンの合計が、イヌノシタで57mg/100g、コウライアカシタビラメで99mg/100g、アカシタビラメで61mg/100gとなり、コウライアカシタビラメが特に多いことがわかった(図2)。ウシノシタ類の市場価値は地域によって異り、牛窓地域ではコウライアカシタビラメの単価が高いようである。これは呈味成分の多さとわずかな差ではあるが脂質の多さに起因するうま味が市場の評価を得ているものと思われる。

3種とも鮮度の良いものが入手できれば、刺身が淡泊で美味い。また、アカシタビラメは3種のうちで最も小型で全長25cm程度にしか成長しないことから、皮と内臓を取り除きミンチに加工、あるいは干物として利用されている。イヌノシタとコウライアカシタビラメは大型で全長40cmを

超えるものもあり、煮付けやムニエルに適している。季節を通じて美味しい岡山産のゲタを、是非食べ比べていただきたい。(開発利用室：萱野)

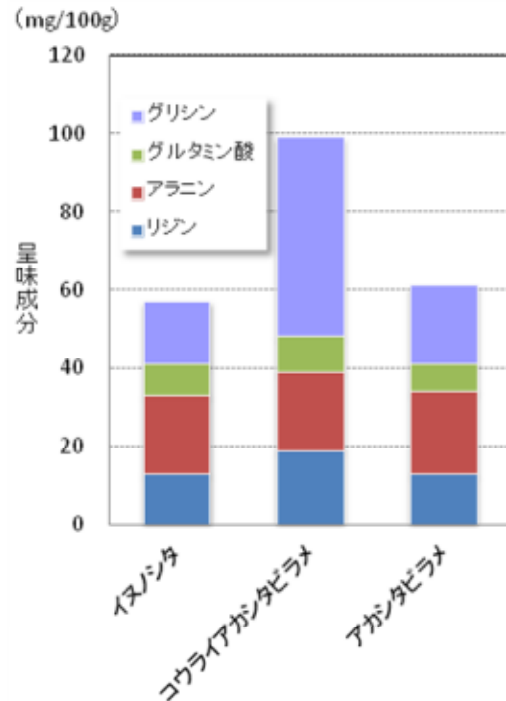


図2 ウシノシタ類3種の呈味成分比較



写真2 ウシノシタの刺身(左)、唐揚げ(中)、煮付け(右)