



# ちよつと勉強室 No.39

今回のテーマは うなぎ を知る!

## (1) うなぎの生態

うなぎはウナギ科の魚で、世界に18種類が知られています。日本には、普通のウナギとオオウナギの2種がいます(ヤツメウナギは近縁種にあたります)。ウナギの産卵は早春から夏の中頃まで水深300~500mの中層で行われ、孵化した仔魚はやがて水深30mまで上昇し、海流に乗ります。この時期の仔魚をレプトセファラスといいます。1年ほどで漂流の旅を終え、接岸する頃には、シラスウナギに変態し川をさかのぼり、川や沼で成長します。やがて成長したウナギは産卵のため海に帰り、一生を終えます。寿命は約50年といわれます。夜行性の肉食魚で、ほぼ全国の河川、池沼に分布し砂泥底に住みますが、日本海側と北日本には少ないです。

うなぎは「高級のイメージ」がありますが、最近は年中店頭にならなくなり、家庭でも気軽に食べられるようになりました。一般の市場に出回っているうなぎはご承知の通り、殆どが養殖うなぎです。養殖ものより天然ものの方が味があっさりしています。うなぎ特有の脂っこさは餌によって違い、イワシやサバが餌のうなぎは餌の脂質が体油として蓄積され、高度不飽和脂肪酸が多く含まれるため、しつこい食感となります。最近は餌に魚ではなく人工的な配合飼料が多くなり、その結果、成長はより早くなった反面身には油がなく、皮が厚くて堅いうなぎに変化してきています。

## (2) うなぎの蒲焼き

土用の丑の日にはうなぎの蒲焼きを食べる習慣がありますが、もともとはうなぎの口から串を通して丸焼きにした形が「ガマの穂」に似ていたところから、「ガマ焼き」といわれ、やがて「かば焼き」になったといわれます。蒲焼きにされるうなぎの大きさは、1匹が130g~150g程度のものがよいとされています。蒲焼きは関東と関西では随分違いがあります。

### ◆ 関東 ◆

背開きにして二つに切って竹串(鰻串といって普通の竹串よりもやや長く太い丸串)を打ち、白焼きにした後、蒸してからタレをつけて焼きます。

身も皮もふっくらとして、脂が抜けてさっぱりとした味です。

蒲焼きはタレもまたおいしいのですが、みりん・しょうゆ等を合わせて一煮立ちさせ、更にうなぎの頭や骨を白焼きにして加え、旨味を出しています。

### ■ 関西 ■

腹開きにして頭をつけたまま、数匹並べて金串を打ち、タレをつけて焼きます。

別名「地焼き」ともいいます。

皮はやや固めですが、脂が多く味は濃厚です。

## (3) うなぎは日本食?

最近、フランスウナギ等の呼び名で輸入されるようになったヨーロッパウナギがあります。その名の通りヨーロッパ諸国で食べられているうなぎです。

北欧では薫製、ドイツではゼリー寄せや皮を剥いてフライにし酢や油で調味した料理、骨付きハムや野菜等と甘酸っぱく煮込んだスープ、イタリアでは筒切りのワイン煮等にします。また、フランスの古典料理にウナギのパテ等があります。中国では北部で好まれません。中南部から沿岸ではよく食べ、めん類のだしにも使われます。台湾・韓国では一般に食されず、薬用とされています。

他に、イギリス、ベルギー、オランダ、カナダ、オーストラリア、ニュージーランドでもよく食べられています。