



# ちょっと勉強室 No.59

今回のテーマは **ホタテ貝**

## (1)基礎知識

私たち青森県人にとって、最も身近な魚介類の一つに「ホタテ貝」があります。ホタテ貝はイタヤガイ科。東北から千島の太平洋岸および日本海に分布し、水深10～50mの砂礫底にすむ寒海性の二枚貝です。二枚貝は普通2つの貝柱を持っていますが、ホタテ貝には一つしかありません。生まれた直後は二つの貝柱を持っていますが、成長につれて一方が退化し、もう一方が中央に移って大きくなります。

ホタテ貝は、上殻は扁平で、下殻はふくれています。その昔、「帆立貝」・「車渠」・「海扇」等と書かれ、1716年「和漢三才図会」によれば、「その殻、上の一片は扁くして蓋のごとく、あかがい、はまぐりの輩と同じからず、大なるもの径1～2尺、数百群行し、口を開いて一の殻は船のごとく一の殻は帆のごとくにし、風に乗って走る。故に帆立蛤と名づく。」とあり、名前の由来と泳ぎ方が書かれています。実際は、貝柱の強い力を使って二枚の貝殻を勢いよく閉じ、「ミミ」にある二つの噴射口からジェット式に水を吐き出して、その反動で前に飛ぶようにして泳ぎます。

ほとんどの魚介類は、天然近海ものが激減し、採る漁業から育てる漁業へ模索しているところですが、ホタテ貝はいち早く養殖が成功しました。それは、数百年にも及ぶ長い年月と苦労を重ね、陸奥湾で確立されたものです。今ではホタテ貝は、おいしいものが、安定して供給されるようになり、全国のみならず世界に誇れる県産品となりました。

## (2)うまみの宝庫

ホタテ貝は、海中のプランクトンを主食とし、ビタミンやミネラル等の栄養成分が、えらを通して貝の中に全部閉じ込められています。脂質が少なく、たんぱく質は豊富ですが、プロテインスコアはあまり高くありません。アミノ酸の中で、はっきりとした甘みを持つグリシンが多いので、生でも加熱しても強い甘味を感じます。うまみ成分であるコハク酸はアサリの10倍もあるので、旨味にコクがあります。その他の期待できる成分で、最も大きな特徴は、タウリンが多いことです。タウリンは魚介、特に貝類やいか・たこ・魚の血合い等に多く含まれ、その中でもホタテ貝の含有量は多いほうに当たります。肝臓中でコレステロールから生成されたコール酸と結合するため、血液中のコレステロールの上昇を抑制させる働きや、心臓機能の強化、血圧の低下等、様々な作用があります。からだの各部分の機能を高めることにより、さまざまな症状や病気に対する抵抗力を付け、予防・改善します。

また、最近の研究では、ホタテ貝のグリコーゲンにはガンを抑制する働きがあることが発表され、ますます期待が持てる食品です。

## (3)ホタテ貝の養殖

ホタテ貝は3月から4月に産卵し、卵から孵った幼生は40日くらいで稚貝になって海中で浮遊し、物に付着するようになるので、それらを集め、3cmくらいの大きさになるまでかごの中で育てます。その後、貝に穴を開け、紐を通しロープに吊り下げたり(耳つり式)、網状のかごに入れ海中に吊り下げたり(垂下式)、海底に放流して育てる地まき式等の方法で育てられます。