

ずいそう

## 釣って、喰う！

上田 隆



「一時間、幸せになりたかったら酒を飲みなさい。」  
 「三日間、幸せになりたかったら結婚しなさい。」  
 「一生、幸せになりたかったら釣りを覚えなさい。」  
 中国の古い名言です。それに、あやかっただ訳でもないのですが、5年前にセミリタイアしたのを機に釣りを始めました。

## 1. 未利用魚を釣って喰う！

釣りを始めてしばらくすると、「釣りたい魚と釣れる魚は違う」ということが身に染みることになります。釣りの世界では外道（げどう）ということばがあり、目的以外に釣れてしまった魚のことを指します。本職の漁師さんもそれは同じで、商売にならない魚は廃棄することになります。そんな市場に出ることのない魚のことを未利用魚といいます。

しかし、必ずしも未利用が食べられない魚という訳ではありません。また、地域によっても未利用魚の種類は変わり、関東では食されることのほとんどないベラの仲間も関西以西では、堂々と魚屋の店頭にならんでいます。

そんな、東日本ではなじみの薄いベラですが、食べてみるとなかなか美味なのです。ベラの種類としてよく釣れるのに九線ベラとササノハベラがあります。九線ベラはカラフルな体側に黒で9本の線があるので、その名が付けられたそうです。熱帯魚を思わせるその鮮やかさが嫌われる原因かもしれません。九線ベラは天ぷらネタとしてよく知られ、キスよりも上ともいわれます。もちろん、関西での話です。

一方、ササノハベラは地味な茶色で、25 cm 程度まで大きくなります。生息環境や食性が近いのか、人気釣魚のカワハギの外道としてよく釣れます。

大きなササノハベラになると刺身でも十分に美味しく頂けますが、型がそろわない場合に重宝する料理方法が煮付けです。水 3、酒 3、砂糖 1、みりん 1、醤油 1、の割合の煮汁で、落し蓋をしてできるだけ強火で10分くらい煮れば出来上がり。魚を取り出してから、少しとろみがつくまで煮詰めた煮汁をかけて白髪ねぎでも添えれば、料亭の一品の出来上がりです。



写真一 1 ササノハベラの煮付け

ちょっとしたコツは、調味料を入れる順番でしょうか。甘いものから先にいれてゆきます。そして醤油は半分に分けて、最初の半分は、砂糖、みりんを入れた後に、残りの半分は煮あがる2、3分前に入れる感じで。

## 2. 毒魚を釣って喰う！

最近、東京近郊の海釣り公園などでよく見かける看板があります。「毒魚に注意！」茶色に白色の斑点、ラグビーボールのような魚体のイラストが描かれており、アイゴと名前が記されています。この魚、ひれに鋭いトゲが付いていて、そのトゲに毒があります。特に最近、東京湾付近で増えています。これも温暖化の影響でしょうか。

実は、私も海釣りを始めてすぐの頃に、毒魚と知らずに釣れたアイゴを触って酷い目にあっています。指



写真一 2 毒魚に注意

先をチクッと刺されただけなのですが、30分くらい悶絶していました。皆様もくれぐれもご注意ください。

そして、この魚、もう一つ特徴があって。四国、九州方面では「バリ」と呼ばれています。バリというのは、西の方の方言で小便のこと。そう、この魚、オシッコ臭いんです。食性が海藻を好んで食べるため消化器が長いのが理由とのこと。

そんなこんなで、関東ではめったに食べられることのない魚ですが実はこの魚、西の方では前述したようにバリの愛称でよく食べられています。刺身でも美味しいらしいのですが、残念ながら私が釣ったのは手のひらサイズで、刺身にはちょっと小さく、一夜干しにして炙っていただきました。心配の臭いも全くなく、白身で旨味のある魚です。

一夜干しは、開きにした身を10%の食塩水に20分ほど漬けて、その後、軽く水洗いして干します。干す時間は、一夜干しとはいいながら私の場合は一昼夜くらい。適度に乾いた身の歯ごたえと凝縮した旨味がたまりません。日本酒が進みます。この一夜干しは堤防釣りの定番、イワシや豆アジ（10cm程度のアジ）にもいい料理方法です。

しかし、毒魚ですから幾つかの注意が必要です。釣ってすぐに、毒のトゲを切って、内臓を頭ごと取ってしまします。トゲは、ハサミでひれごと切り取ります。背びれ、尻びれ、そしてチョット目立たなく折りたたまれている腹びれも。切り取ったひれは、切り取った後も毒は生きているので、トゲが貫通しない丈夫な入れ物に入れて持ち帰り、生ごみとして処分します。毒があっても嫌わずに、十分な注意とちょっとした工夫でおいしく食べてやりましょう。

### 3. 特定外来生物を釣って喰う！

外来生物法という法律があって、そこで「特定外来生物」が指定されています。指定されると、いろいろな規制があります。罰則もあります。有名どころでは、ブラックバス。スポーツフィッシングの対象魚で愛好者も多いのですが、釣って生きたまま持ち帰ると、「1年以下の懲役、もしくは100万円以下の罰金」です。

ここで、釣って喰うのはアメリカナマズ。正式名称は、チャネルキャットフィッシュといい、原産は北米。まず最初に、立派な特定外来生物ですから何があっても生きたまま移動させないようにして下さい。

関東では、霞ヶ浦がアメリカナマズの生息地として



写真-3 アメリカナマズ

有名ですが、最近では利根川水系全域に分布を広げています。私がたまに行く秘密のポイントも利根川本流の下流域になります。

さて、釣れたアメリカナマズの食べ方ですが、私の定番はフライ。見た目からは想像もつかない上品な白身魚のフライになります。フライドポテトと合わせてフィッシュ・アンド・チップスにするとビールにピッタリ。パンにキャベツの千切りと一緒にはさんでタルタルソースで味をつければ、最高のフィレオフィッシュバーガーです。出来立てを頬張れば、某ハンバーガーチェーンなど目ではありません。

まず、アメリカナマズは前述したとおり、釣り場で締めて血抜きをしておき、内臓もその時に取り除いておきます。

持ち帰ったら、表面のぬめりを取ります。アナゴのぬめりとりと同じ要領で、80度くらいのお湯をかけるとぬめりが白く固化しますから流水でこそげ落とします。3枚におろして皮を引いたら、適当な大きさに切って、あとは通常のフライの下ごしらえをするだけです。薄く塩コショウして、小麦粉を振って卵液にとおしてパン粉を付ける。何も言わずに食べさせたら、白身魚フライそのもので、アメリカナマズとわかる人はまずいないでしょう。臭いも全くありません。食べきれない分はパン粉を付けたままラップして冷凍すれば日持ちします。淡水魚ですので、生食はできませんが、唐揚げにしたり、かば焼きにしたりと、いろいろな料理の可能性があります。私もいろいろレパートリーを広げてみたいと思っています。

最近、JCMAの某委員会のお手伝いをさせていただいている縁で、ビギナー釣り人の視点で釣魚と料理について書き連ねてみました。