

東京湾お魚図鑑



日本藤壺 白条藤壺

お多書き

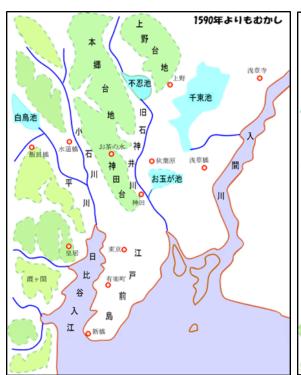
手長蝦・ガンビリスガイマコガレイ

おススメは東京湾で 獲れたものです! 今日もたくさん新鮮なネタ 仕入れました!



~東京湾の変遷~

比較





- ・皇居の東側と東京駅・有楽町の間に「日比谷入江」として東京湾があった!
- ・「日比谷入江」…現在の千代田区東部にあった虎ノ門と(現在愛宕神社として有名な)愛宕山の間から川が注いでいた。

埋め立てた理由

1603年:徳川家康が江戸改造に本格的に取り組む。

J

神田山(現在:千代田区駿河台)を切り崩す。



江戸前島の中央に外濠を掘り、江戸城の堀割を掘削する。

日比谷入江を埋め立てる

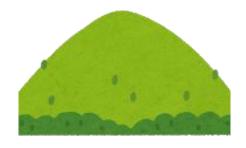
現在の名残

日比谷入江を埋め立てるために神田山を切り崩した

 \downarrow

現在でも、神田明神から南にむけて坂道が残っており、山の面影は残っ

ている。





「踊り食いにはもってこい!」

別名・シロウオ なじみがある名前!

透き通るような体!かわいい!?

イサザの ひとりごと

福井県や石川県の河口に 3月くらいになると旅に出るんだ!!

体は4cmくらいでちっちゃいんだけど 透明なボディーを兼ね備えていてモテモテさ★

みんなは僕をそのまま生で食べちゃうけど、 卵とじや揚げ物で食べてくれるのもおすすめ。

一人は寂しいから、みんなと行動してるんだぁ!

~Let's·お料理~

いさざのじゅんじゅん





でしだいる場

「石をもかみ砕く歯を持つ魚」

しましまがかわいい!! 女子受け〇

体長は50cmか・・結構迫力ありそう!



いしだいのひとりごと

日本各地にいるよ!韓国、台湾、ハワイにも! 浅場で泳いでたり、岩礁地帯にいたり。

小さいときは流れてくる藻に付いて、 プランクトンや小さな甲殻類を食べるよ。 からだが大きくなったら、岩礁にいる甲殻類やウニ、 ヤドカリなどを食べるんだ!美食家♪

実は、成長すると体のしましまが消えるんだよね・・。 そのかわり、口の周辺が黒くなるよ! かわいいのは今のうち! (がっくし!)

~Let's·お料理~

イシダイのアクアパッツァ





うなぎ



「代名詞は謎多き存在」

レッドリストにも掲載されているレアキャラ~

みんなが知ってるウナギ= ニホンウナギ!!



うなぎの ひとりごと 僕たちの名前は知られているけど、 生態はよく知られていないんだ…

ウナギ科は世界中で 23 種いるけど、 その中で日本人が食べているのはたったの 3 種だけ!

「ウナギ」料理のほぼすべてが「焼きもの」になるけれど、 東西、中部、九州など地域によって様々な料理があるんだ~ ぼくの中に秘めたポテンシャルが 上手く発揮されているみたい!! 嬉しいな~ でも、その分友達も減ってきていて寂しいな…

~Let's·お料理~

ウナギとチーズのサクサク包み



味付けされているので、 そのままで美味しく で食べやすい!!





カジカ

「頭でっかちでごめんなさい」

別名・ドンコ ちょっとどすのきいた名前!

川底や壁につくのが好き♡

カジカの ひとりごと

僕は水深 1000mの深海でも 生きていける強いからだの持ち主さ!☆

世界では300種も僕の仲間がいて、日本にも90種の友達がいるよ。

僕らの仲間は小さい卵も大きい卵も産むんだけど それがまた美味しくて人気なんだ~!

最近はダムの建設で住むところがなくなっちゃってるの・・

~Let's·お料理~

みずなとカジカの子のサラダ



水菜のシャキシャキとチー ズにカジカの塩分が合う♪





こういか

甲鸟贼

「すしネタでポテンシャルを発揮する」

長い腕が獲物を捕らえるため専用の腕!!

腕の一部は目の下に収納している~



こういかのひとりごと

本州から台湾、朝鮮半島の南部、大西洋、地中海など 全世界の温帯の砂や岩の多い地域に分布。

食味はコウイカ類の中では最も良いって言われているよ〜 別名スミイカと呼ばれていて、 すしや天ぷらネタとして人気があるよ!

関東(特に東京)では生まれて間もない(小さい)ものを 「新いか」などといい珍重されているよ!

~Let's·お料理~

☆ピリ辛旨☆コウイカ焼き





このしろ

「光り物といったらコレ!」

別名・コハダ こっちの方が馴染みあるかも!

東京湾産のコハダは高品質!!



北海道以南の日本各地に生息しているよ! 東アジア地域の内湾を泳いでる~ん。

江戸前寿司を代表するネタの一つだよ!
栄養価がとても高くて、たんぱく質、ビタミンB2、
ビタミンB12、ビタミンD、鉄や銅などのミネラルを豊富に含んでいるよ! 小骨ごと食べるからカルシウムも摂れる♪

初物はキロ数万円で取引されるんだ。お高い(゚Д゚ノ)ノ

~Let's·お料理~

こはだのケールソースカルパッチョ





サッパ

「真夏でもいっぱい釣れる!」

きれいな銀色が輝く!!

体長は 12cmで愛らしい見た目!



サッパの ひとりごと

北海道~九州南岸などの日本各地にいるよ~

エサは、主に動物性プランクトン。

イワシ類と同様に、口とえらぶたを大きく開けながら泳ぎながら 捕食してるよ!

よくコノシロという魚と間違えられるんだ… コノシロとの違いは、



- ①背ビレに長く延びた軟条がないこと、
- ②ウロコに斑点がないことなど!

~Let's·お料理~

サッパの南蛮漬け





しろすじふじっぽ

白条藤壺

表面の白い筋が特徴!

白い筋に凸凹がみられるね!

タテジマフジツボは表面がつるっとしてるらしいよ



しろすじふじつぼ のひとりごと

似ている種類として、

タテジマ、サラサ、ドロフジツボがいるよ! みんなとは色、模様、楯板、背板で区別してる。 (楯板と背板の間からアシがでます!)

> 体長10~15mmで、 5月から9月が繁殖期なんだ。

実は、フジツボの中身はエイリアンみたいで 結構厳しい見た目だよ!

~Let's·お料理~

フジツボの塩ゆで



高級食材!! カンタン・ウマイ☆



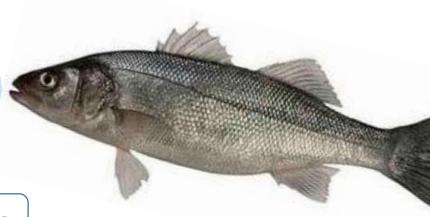


すずき



東京湾の名産だ〜よ〜

全長は最大で 1m を超えることも!!



スズキの ひとりごと

北海道から九州の西岸に生息していて旬は夏だよ!!

燻製してもとっても美味なんだ♪

観賞用としての飼育もぼくならばっちり!?

さいたま水族館では水温を23度以上に維持することで、 多数のスズキを淡水魚として展示しているよ!

~Let's·お料理~

スズキの炙り刺身



気ってあるので、香 ばしいです! サッパリしてて美味 しい!





てながえび

手長蝦

「長い脚がチャームポイント」

からだくらい脚が長くみえるね!

川エビともいわれるらしいよ?



てながえびの ひとりごと

温暖な地方の淡水や下流・汽水域の河川、湖沼に生息するぜ。 夜行性で、昼間は石の下や護岸の穴やテトラポッドの下、 水草の茂みに隠れているよ~

食性はほぼ肉食性で、水生動物や魚の死骸など食べるよ。 藻類を食べることもあるけど、

飼育下で動物性のえさが少ないと共食いも・・。 多数を一緒に飼育すると<mark>共食いや喧嘩を繰り返して、</mark> 結局は1匹だけ残ります。要するにハードなファイターなんだ!

~Let's·お料理~

てなかえびのケリル







「暴れん坊将軍」

全長は80cm以上になることも…

上顎が伸びるよ~ん



ぼらの ひとりごと

北海道より南にいるよ!韓国、台湾、ベトナムにも! 浅場で泳いでいるよ。

今は安い魚として扱われているけど、昔は高級魚だったんだ! 鯔の卵巣は日本三大珍味であるからすみなんだよ!

実はジャンプカが高くて、 人に当たってケガをさせちゃったことがあるんだ… でも敵も多くて大変なんだよね…

~Let's·お料理~

ボラチップ入りアヒージョ





ホンビノスガイ

「変な名前だけど実はすごい」

見た目はハマグリそっくり!!

ハマグリに似てるから美味しそう!



ホンビノスガイ のひとりごと アメリカ大西洋側が原産! 日本で漁がおこなわれているのは、東京湾だけ。

成貝の殻長は最大で 10cm 以上になる大型の貝。 殻の色は生育環境により白っぽいグレー~黒ずんだ色と変化があるよ!



よくハマグリに間違えられるんだ。 以前は「白ハマグリ」として売られてた… ハマグリとの違いはその形!! ハマグリは<mark>左右対称</mark>できれいな形!

ホンビノスガイは<mark>左右非対称・</mark>丸みが強い・殻頂がやや曲がった形…ん

~Let's·お料理~

ホンビノス貝とキャベツで





真牡蠣

「海のミルク」

みんな大好き牡蠣だね!

私は食べた事ないけど!食べてえ



まがきの ひとりごと 古くは総てオスだと思われていたので「牡」の字が! わたしたちは交代的雌雄同体で、性転換し

生殖は別個体が交代で雌雄の役割をするんだ~。

海のミルクと呼ばれるほど栄養が満点★

疲労感を鎮めるグリコーゲンが豊富、

肝機能を高め、糖尿病などを予防するタウリンは魚の5倍も! 他にもいろんな効果があるよ!

> また、海のお掃除屋さんともいわれてて、 水槽などでも活躍してるよ!

~Let's·お料理~

牡蠣のチーズリゾット



簡単本格! 噛み応え GOOD



マコガレイ

「海底の陰キャラ」

地方によって呼び方が様々!

意外と高級魚だよ~ん



マコガレイのひとりごと

北海道~九州にいるよ!朝鮮半島周辺にも! 浅い砂や泥の中にいるよ!

名前の由来は「蝶」のように薄い魚であることから「鰈」の文字があてられ たんだよ!

富山県ではブランドとして扱われているんだ!

旬は冬だよ~!

外見では雄か雌を見分けることが難しいんだ... 卵を持っているかどうかで判断するから、開いてからのお楽しみ♡

~Let's·お料理~

簡単!鰈のから揚げ





マテガイ

「これでも実はあさりと同じ二枚貝」

殻を合わせると簡型の独特な形!

肉厚の身は柔らかく甘みがあり美味!



マテガイの ひとりごと

内湾の砂泥域にいるよ~

国内では、瀬戸内海・東京湾など内湾の干温に多くいるの。

かつては潮干狩りなどされていたほど、国内の干潟にいたんだ! でも現在では数が減ってきていて、 みんなに食べられることが減ってきているんだ…

みんなが僕を捕まえる方法は・・

- ①干潮時に干潟のマテガイの穴に塩を振り込む。
- ②満潮と間違えたマテガイが飛び出してくるところを獲る この手順!!人間こええ!

~Let's·お料理~

マテ貝とミニアスパラの黄味酢和え







黄味酢和えに梅肉 をトッピング♪ 渋い~!



法政大学人間環境学部 高田ゼミ 東京湾と川班

高橋・黒澤・高畠・吉高・新實・石川