７月の食育指導資料　さわら　　献立実施日　　Ｃ13 日（火）

さわら

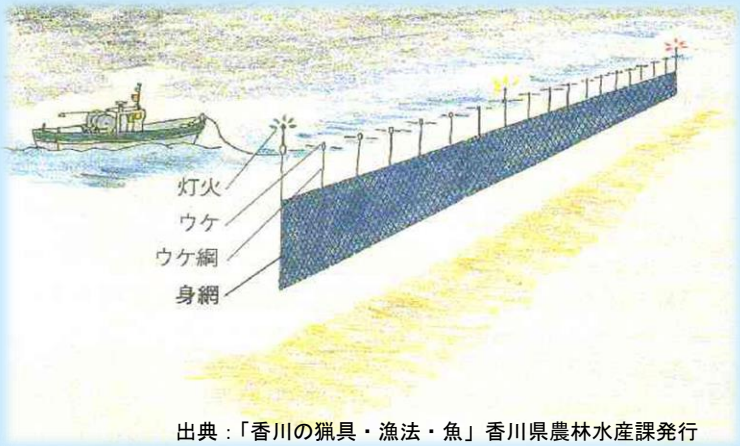
さわらの「さ」は狭い、「わら」は腹を意味していて、腹がせまくほっそりとした体形から名付けられました。

さわらは、４月～５月頃にかけて、産卵のために太平洋から瀬戸内海にやってきます。そのため、地元の人にとっては春を告げる魚として有名で、春さわらを使った「押し抜きずし」は、香川県の郷土料理として知られています。

【香川県の郷土料理】

押し抜きずし

さわらの主な漁法「流しさし網」の様子



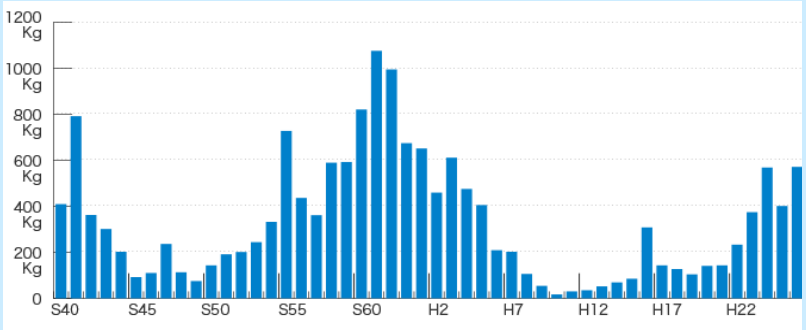
出典：「香川の猟具・漁法・魚」香川県農林水産課発行

流しさし網とは・・・

網は、長さ 600～2000m、高さ 8～24m の物を使います。日没頃、網を潮の流れと直角の方向に入れて、１～３時間ほど網を潮に流しながら、さわらがかかるのを待つという漁法です。

さわらは、高速で泳ぐことができるので、勢いよく泳いできたさわらが網にささってとれる仕組みになっています。

さわらの水揚げ量の推移（香川県）



さわらの水揚げ量は、一時期、非常に減少しましたが、小さいさわらがとれないように網の目を大きくし、漁獲の上限量を決め、休漁期間を設けるなどの資源管理を行うことによって、回復しています。

私たちが、おいしいさわらを手頃な値段で購入して食べることができるのは、漁業に携わる方々の努力のおかげです。

さわらは、春だけでなく秋以降もおいしく食べることができ、関東地方では 12 月以降にとれる寒さわらが好まれます。春さわらは、さっぱりとした味が特徴ですが、寒さわらは、脂がのってうまみが増します。

さわらは、成長するにしたがって呼び名が変わる出世魚です。やなぎ(30～40cm)　→　さごし(40～50cm)　→　なぎ(50～60cm)　→　さわら(60cm 以上)　となります。

今月の給食のさわらは、新型コロナウイルスの影響で需要が減った県産食材を学校給食で提供する国の事業を活用しています。

参考：香川県漁業協同組合連合会ホームページ