

なぜ?なに?を
ズバッと解決!
おいしい探検隊!

**新鮮なハモは
ココがポイント!**

身に金色のツヤがあるもの。

目がきれい



ほどほどに
よく絶えているもの。

骨切りされた状態のものであれば、身が白いもの。
脂がのっているハモは骨が柔らかく、身にうま味があります。

ハモの選り抜きをみながら試食。フリップ
食して、「おいしい!」「私は「モドモド」で
シメたのが「一番好き!」と、「私は「モドモド」
びんして大好評でした。」



**Q 山口県産の
ハモの評判は?**

ハモをよく食べる風習がある関西などで、山口県産のハモは味が良いと高い評価を受けています。山口県漁協では、県産のハモをさらにPRし、本格的な商品開発や市場開拓、地産・地消を進めていこうと、今年2月、県産ハモを「西京はも」と名付けました。また、山口県漁協はフグの加工技術を持つ下関市内の水産加工業者とともに、「山口ハモ加工有限責任事業組合」を設立。ハモを活用した商品開発や、骨切りしたハモの商品化などに取り組んでいます。



なぜ?なに?を
山口県漁協に聞いたよ!

山口県漁業協同組合 販売1課 課長 高津 京介さん
たかづ けいすけ



**Q ってから
どのようにして運ぶの?**

ハモは死んでしまうと味が落ちてしまうため、市場では、活きたものに高い値がつけます。そのため、釣り上げるとすぐ、漁船の中にある活間に入れ、活かしたまま港へ運びます。港に着いて水揚げすると、活魚車(トラック)で集出荷場へ。そこには大きな活魚水槽があり、ポンプで1時間かけて水換えを行うことによって、胃や腸の中にある未消化物を吐き出させます。その後、活魚水槽に氷を入れて水温を下げることでハモを落ち着かせ、活魚車で市場へ出荷します。



県漁業協同組合柳井事業所は、防府一宮の港で水揚げされたハモなどの集出荷場。

**Q 県全体で
どれくらい
とれるの?
どこへ出荷するの?**

山口県の漁獲量は、平成12年(1999年)の4,400トンで全国1位。平成13年から平成17年まで全国2位。平成18年は3,534トンで全国5位でした。出荷先は特に大阪・京都が多く、そのほか広島や県内の市場にも出荷しています。



県漁業協同組合柳井事業所の活魚水槽。ここで水換えや水温調節など、ハモの生活の良さを保持するための大事な作業が行われます。



Q いつがおいしいの?

ハモの旬は2回あります。「ハモは梅雨の水を飲んでおいしくなる」という言葉があるように、1回目の旬は夏。特に6月下旬から7月にかけてです。このころは産卵前で脂が乗り始めるので、比較的あっさりした味が食欲の落ちた夏に好まれます。また、この時期は京都の祇園祭、大阪の天神祭と重なり、関西ではハモ料理は祭りに欠かせないごちそうとして親しまれています。2回目の旬は秋。産卵を終え、秋から冬にかけて脂がのって、味に深みが出てきます。



ハモのレントゲン写真を見ると、小骨の多さが分かります。写真提供/熊本県研究センター

**Q どうやって食べたら
おいしいの?**

ハモは小骨が多いため、薄皮一枚を残して、身と小骨を包丁で細かく刻む「骨切り」をする必要があります。一般の人では難しいため、販売さんでは、スライバーなどで調理済みの状態で販売したりしています。白身魚で濃厚な味わいが特徴ですが、薄引きやしゃぶしゃぶにするなどで適度に脂が肪分が抜けて、さっぱりとした味わいが楽しめます。から揚げや天ぷらもオススメ! 焼きや吸い物、鍋でもおいしくいただけます。



薄引きをするときは、まず、骨切りされた身を約2センチ幅に切りまが。鍋で湯を沸かし、蒸したら塩を加えます。その湯の中に少量ずつハモを入れ、ざっと茹でたら水へ。きゅっと冷えたら、ざるなどに上げて水切りをします。お水にさらし過ぎると味が抜けてしまうので気をつけましょう。



**まるごと博士の
ミニ図鑑**



【ハモ】
旬/夏(6~7月)と秋(10~11月)。
栄養/ビタミンAが豊富。脳の働きや血液の流れをよくするDHAも豊富です。骨切りによって小骨もまるごと食べられるので、カルシウム補給にも最適。皮には、肌をみずみずしく保ち、「若返りの栄養素」といわれるコンドロイチンを多く含んでいます。