

カタクチイワシ

本場さぬきうどんには欠かせません！

香川県はうどんの材料の小麦と塩、だしの材料の醤油やイリコ（カタクチイワシの煮干し）などの食材が揃っていたことから、讃岐うどんが生まれました。



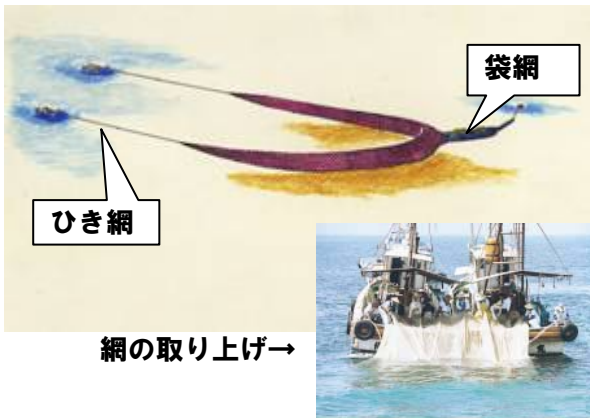
【特徴】

カタクチイワシは下あごが短く、上あごしかないように見えるのでこう呼ばれます。体長は成魚でも15cm程度で、イリコは獲れたてのカタクチイワシを海水または真水で釜揚げし乾燥させた水産加工品です。稚魚はしらす干しやちりめんじゃこ、たたみいわしなどに加工されています。

【香川県での特徴】

瀬戸内海はカタクチイワシの宝庫で、特に観音寺市沖合に浮かぶ伊吹島は瀬戸内海沿岸を代表するイリコづくりの中心地として知られています。近年、漁獲量が減少していましたが、同じ海域で漁をしている愛媛県、広島県と共同で資源管理に取り組み、休漁日を増やす、網目を大きくするなどした結果、最近の漁獲量は回復傾向にあります。

漁業方法（いわし機船船びき網）



網の取り上げ→

瀬戸内海では二隻船びき網（通称：バッチ網）での操業が大半です。漁獲時期や、狙うイワシの大きさによって網目の大きさを替えます。

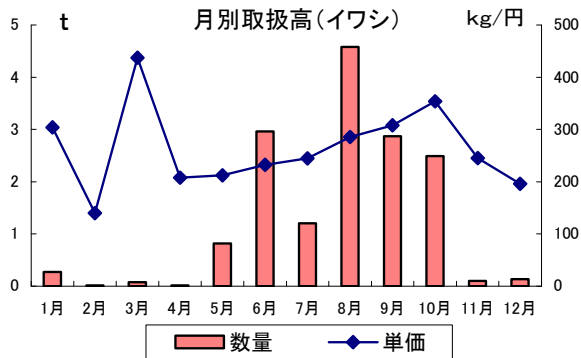
バッチ網漁：探知器で魚群を見つけ、2隻の網船で網をひき廻し、魚群を袋網に追い込む漁法。ひき網の長さを調整し、表層から海底近くの中層の魚群をとることができる。

食べ方紹介（イリコ飯）



新鮮なカタクチイワシは刺身や煮付けなどにもできます。郷土料理のイリコ飯もおすすめの食べ方で、だしがよく出て、さっぱりとした味が特徴です。酢みそであえたり、さぬきうどんのだしとしても使われており、今も讃岐の食生活には、欠かせません。イリコは、特に山間地では鮮魚より食材として扱いやすかったようです。

出荷時期（高松卸売市場）



カタクチイワシの豆知識

伊吹島で生産されるイリコの最大の特徴は漁から加工までの一連の作業を島で行っていることです。水揚げされたカタクチイワシは、海水氷の船倉に移して直ちに寄港、フィッシュポンプで陸揚げされます。これらの作業にかかる時間(約10~30分)が重要なポイントで、獲れてから製造に入るまでの時間が短ければ短いほど、原魚の鮮度もよく良質のイリコができるのです。



イリコ（煮干し）→

チリメン (ちりめんじゃこ)

丸ごと食べられて栄養満点です！

チリメンはイワシ類の稚魚を干したもので、香川県ではカタクチイワシが主流です。真っ白な身が特徴です。



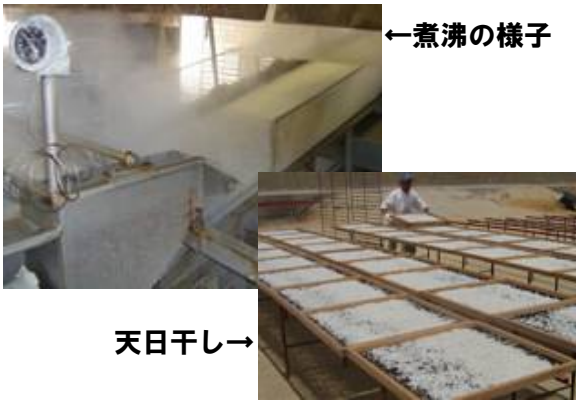
【特徴】

チリメンは、イワシ類の仔稚魚(しちぎょ)を食塩水で煮た後、天日などで干した食品です。小さな魚を平らに広げて干した様子が、細かなしわをもつ絹織物のちりめんを広げたように見えることからこの名前がつけました。チリメンは関西では「ちりめんじゃこ」と呼ばれ、関東では「シラス」・「しらす干し」と呼ばれています。

【香川県での特徴】

近年、全国ではチリメンモンスターとしてチリメンに混じっている小さな生き物をより分ける生物学習が人気ですが、香川県ではイリコモンスターとして、様々な煮干が混ざった選別前のイリコから、モンスターを選別することで、イリコや地魚を体感してもらう食育イベントも実施しています。

加工方法(チリメン・イリコの製造工程)



←煮沸の様子

天日干し→

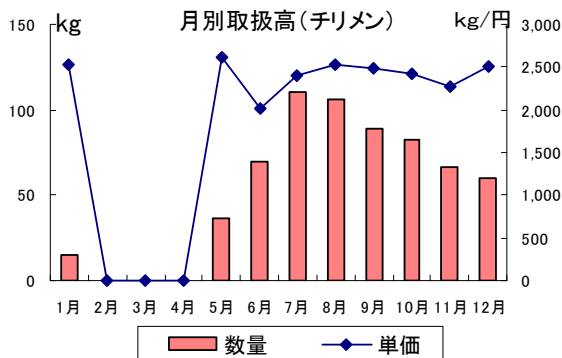
食べ方紹介 (ふりかけ)



県内で行われているチリメンの製造工程は①漁獲②洗浄・選別③煮沸④機械(天日)乾燥⑤サイズ・異物選別の5行程で、現在は自動化されています。漁獲された仔魚は傷みが早いので、水揚げ当日に製品まで加工されます。伊吹島周辺の漁場のほか、高松市庵治町やさぬき市、東かがわ市沿岸などで水揚げされ、漁場と製造工場が非常に近く、良質のチリメンを提供することができます。

チリメンやイリコは骨ごと食べられるため、豊富なカルシウムなどの栄養を完全摂取できる有益な食品です。そのままご飯にふりかけたり、三杯酢か醤油を少量かけるなどシンプルな食べ方が良く合います。よく味がでるので、ご飯に炊き込んだり、煮物、炒め物に加えてもおいしくいただけます。また、身近な素材を使って手軽にできる、手づくりのふりかけにもおすすめの食材です。

出荷時期 (高松卸売市場)



チリメンの豆知識 (イリコとの関係)

イリコは、大きさにより呼び方が変わります。
 体長 3cm 未満のものを「シラス」・「チリメン」
 体長 3~4cm のものを「カエリ」
 体長 4~6cm のものを「小羽 (こば)」
 体長 6~8cm のものを「中羽 (ちゅうば)」
 体長 8cm 以上のものを「大羽(おおば)」
 イリコの大きさ、好みには地域差があり、九州・山陰の一部では小羽、関西・中部・関東では中羽、北海道・東北・四国では大羽が人気のようです。

