

食欲の秋は、うなぎ？！

実は、天然物うなぎの旬は10月～12月だったんです！

うなぎは天然と養殖で旬の時期が異なりますが、天然うなぎの旬は10月～12月にかけてと言われてい

ます。天然うなぎは10月頃からは冬眠に備えて栄養をたっぷり蓄え、12月頃に冬眠に入ります。そのため、この頃のうなぎは一番脂がのっておいしいと言われてい



「土用の丑の日」はマーケティング!?

では、なぜわざわざ夏にうなぎを食べることが慣習となったのでしょうか。諸説ありますが、もっとも有名なのは江戸の学者・平賀源内の案。江戸時代に濃口醤油が開発され、現在のよう



平賀源内肖像画

なタレで味をつけたうなぎが食べられるようになりました。しかし、冬眠あけのうなぎはうまみも少なく、また夏の暑いさなかではあまり売れな



うなぎの身は消化吸収によく、ビタミンA、ビタミンB1・B2、ビタミンD、ビタミンEなどのビタミン類を中心に、栄養を豊富に含んでいます。夏でも脂がのっておいしい！という魚はあまり多くはありませんし、夏バテで弱った体に少しでも精がつくよう

にうなぎを食べることは、とても理にかなったことだったんです。

私たちは知らないうちに違法ウナギを食べていた!？
ウナギの半分以上は違法なの？結論からお伝えすると、本当です。その年によりますが、国内で養殖されているニホンウナギのうち、半分から7割程



度のウナギが、不適切に漁獲・流通したシラスウナギから育てられています。

「鰻(うなぎ)」という名前の由来
日本では奈良時代の『万葉集』に「武奈伎(むなぎ)」として見えるのが初出で、これがウナギの古称です。そもそものムナギの語源には 家屋の「棟木(むなぎ)」のように丸くて細長いから胸の部分は黄色っぽくなっているから「胸黄(むなぎ)」がうなぎへと変化した。料理の際に胸を開く「むなびらき」から など、いくつかの説があります。関西の方言では「まむし」と呼び「薬缶」と題する江戸小咄では、「鵜が飲み込むのに難儀したから鵜難儀、うなんぎ、うなぎ」と語られています。



なぜうなぎに山椒？

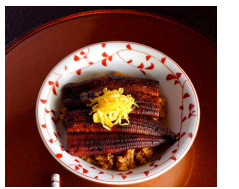
江戸時代、醤油や味醂のタレをつけて焼く蒲焼が流行する以前は、山椒しょうゆや山椒みそによるつけ焼きでした。これは、風味より毒消しの為だったようですが、山椒の香りがとてもうなぎにあうので、タレの付け焼きへと変化した今おは



おはなのウナギむす

でも山椒が定番になっています。
ウナギの血は毒?!

うなぎの血には「イクチオヘモトキシン」という毒が含まれています。命をおとすような強い毒ではありませんが、傷口に入ると炎症や化膿、目に入ると最高に痛く2、3日はひきずります。口に入ると吐き気や呼吸困難などを引き起こします。しかしこの毒は60度以上で加熱調理をする。又はよく火を通して毒の成分を変性させると毒素がなくなります。また同じうなぎ目に属するアナゴやウツボ、ハモの血にも毒があります。



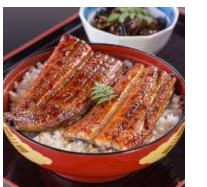
おはなのせいろ蒸し

食べ合わせの悪い食べ物

「うなぎと梅干」がいわれます。迷信なので必ずおなかをこわすということはありません実際には鰻と梅干の食べ合わせは相性が良く、鰻を食べた後に梅干を食べる事により、梅干の酸味が鰻の脂を緩和する効果があるため、食べ合わせは良く逆に食べ過ぎには注意です。

うな井とうな重の違い

うなぎが食べられ出した頃(江戸中期)には、うな井・うな重というものはなかったそうです。江戸時代末期になると芝居小屋でも食べられるようになり、冷めな



うなぎの養殖

うなぎの養殖が行われるようになったのは明治時代。養殖方法はニホンウナギの稚魚であるシラスウナギを河口で捕獲して、それを育てるというやり方です。2010年には養殖うなぎから卵を得て、次の世代をつくる「完全養殖」にも成功しましたが、まだ大量生産する技術までは確立できていません。