

食 材 百 科

しらす

春になるとしらすが食べたくなくなるという方も多いのではないのでしょうか。
この時期になると、多くの地域で禁漁期間を終え、多くのしらすが出回ります。
柔らかな食感の釜揚げしらすが食べたくありませんか？今回は、しらすについて調べてみました。

○ しらすの旬

しらすの旬は春とばかり思っていたのですが、「秋しらす」も非常においしいそうです。

冬に産まれた稚魚が成長したのが「春しらす」、
春に産まれた稚魚が成長したのが「秋しらす」とのことです。

生息地によって産卵期も異なるので、しらすの旬は産地により異なるといえそうです。

○ しらすって何者？

しらすは、元々、様々な魚の稚魚の総称ですが、一般的に「しらす」として食べられているのはカタクチイワシやマイワシ、ウルメイワシなどの稚魚です。そのほとんどが、カタクチイワシということです。

名前の由来は、茹でると白くなるから「白子（しらす）」と呼ばれるようになったとの説があります。また、しらす干しの様子が、時代劇に出てくる白い砂利の敷かれた裁きの場所「お白州（しらす）」に似ていたことから名づけられた、との説もあるようです。



○ しらすの種類

一口にしらすといってもいくつかの種類があります。生で食べるほか、塩ゆでしたものはしらすに含まれる水分によって呼び方が変わります。地域によっても呼び方は変わるようですが、水分が85 %前後のものを「釜揚げ」、これを乾燥させ、水分が約50 %～85 %になったものを「しらす干し」、さらに乾燥させて、30 %～50 %弱程度になったものを「ちりめんじゃこ」といいます。



しらす干し



ちりめんじゃこ

このほかには、塩ゆでせず水洗いした生のしらすを四角い枠に入れ、板海苔のように成形し乾燥させたたたみいわしがあります。



たたみいわし

○ しらすの産地

漁場は主に太平洋沿岸で、瀬戸内海、伊勢湾、駿河湾などとなっており、都道府県別にみると、兵庫県、愛知県、静岡県の漁獲量が多くなっています。

現在、最北の漁場は宮城県南部で、「北限のしらす」と呼ばれています。

表 「しらす」漁獲量(上位10都道府県)						
順位	令和4年		3年		2年	
	都道府県	漁獲量(t)	都道府県	漁獲量(t)	都道府県	漁獲量(t)
ー	全 国	42,180	全 国	68,682	全 国	59,257
1	兵 庫	12,418	兵 庫	19,834	兵 庫	13,972
2	愛 知	4,235	愛 知	9,619	愛 知	9,428
3	静 岡	3,691	静 岡	5,867	静 岡	6,126
4	大 阪	3,206	大 阪	5,196	茨 城	4,645
5	茨 城	3,107	茨 城	3,457	大 阪	3,189
6	愛 媛	2,659	和 歌 山	3,401	鹿 児 島	2,990
7	徳 島	2,544	大 分	3,234	高 知	2,714
8	和 歌 山	1,793	愛 媛	3,065	大 分	2,647
9	広 島	1,281	徳 島	2,894	愛 媛	2,345
10	大 分	1,217	高 知	2,719	徳 島	2,298

農林水産省「漁業・養殖業生産統計」

○ チリメンモンスター(略称:チリモン)

しらす漁では、しらす以外の様々な小さな生き物なども一緒に網に入ります。これらは、チリメンモンスター(略称:チリモン)と呼ばれることも。その正体は、いろいろな魚の稚魚、タコやイカ、貝の仲間、エビやカニ、クラゲやヒトデなどで、たくさんの種類があります。多くは取り除かれて売られていますが、たまに紛れていることがあります。皆さんは見かけたことがありますか？



○ しらすの日

5月は全国的にしらす漁が全盛となる旬の時期で、しらすの「し」を4と見立て5月4日がしらすの日となっています。

また、4月30日は、4(し)月ラストの日で「湘南しらすの日」となっています。