



## 養殖サバが人気

長谷川 武

最近では養殖魚が増えており、ハマチやタイ等は一般家庭の食卓迄届いています。養殖魚については関心をもっていました。昼のNHKテレビ「食材紹介」で、鳥取県の「お嬢サバ」が取り上げられており、ブランド化されたサバのお刺身が人気だという「サバの養殖」を知りました。

大衆魚である「サバが養殖されている!？」ことを知り、「農漁が食を変える」時代を学ぼうと、海水魚の養殖を調べてみました。その中の一つ「サバの養殖」で、サバを生で食べられる高級食材サバを知ったので紹介します。

### サバは需要の高い魚

サバは世界各国で食されている大衆魚ですが、大衆魚のサバが養殖され、刺身で食され人気を呼んでいるとは知りませんでした。サバはマグロやアジ等と並んで、世界的に消費量の多い魚であり、国内ではサバは大量に水揚げされています。

大衆魚ですが天然サバは、若干の欠点を持っています。「サバの生き腐れ」と言われる如く、鮮度の低下が著しいとされる他に、ヒスタミンを多く含むのでアレルギー源のヒスタミンを生じやすく、蕁麻疹の原因になると言われる。更に、寄生虫(アニサキス)の存在が知られています。アニサキスは加熱や冷凍により死滅しますが、酢でも死滅しませんので鰯はアニサキス症の危険があると言われます。

だが西日本、特に北部九州などでは生食の習慣があるようで、五島海峡から対馬海峡での10~2月に獲れる寒サバは、400g以上のもので脂ののりがよく、鮮度の良いものは刺身で食べられています。

サバの料理には焼き魚、煮魚(鯖味噌煮)、寿司(鯖寿司・焼き鯖寿司)、鰯(しめさば)、なれ鰯等として多く食される他、「めんつゆの」原料など加工用途として需要が高い魚です。

### サバの種類

マサバ、ゴマサバ、タイセイヨウサバの3種類。

- ① マサバ: ホンサバ、ヒラサバなどと呼ばれ、秋サバ(10~11月)寒サバ(12月~2月)が旬。
- ② ゴマサバ: マルサバとも呼ばれ、夏のゴマサバと言われるが脂質が少なく、一年中味も変わらない。
- ③ タイセイヨウサバ: ノルウェーサバとも呼ばれ、秋が旬。オーレスンド沖で水揚げされる戻

りサバが、脂肪含有率28~32%で最良。

天然サバの地域ブランドは、太平洋岸の漁港に水揚げされる旬のサバが知られています。

- ・関サバ 大分県豊予海峡での一本釣りで漁獲。日本で一番にサバをブランド化され「サバの帝王」と呼ばれる。餌が豊富で潮流が速く、サバの身質に締りが有り美味しい事で知られる。寄生虫やヒスタミンによる中毒が発生しにくいとも言われている。
- ・岬サバ 「はなサバ」と読む。豊予海峡で一本釣りされ、佐多岬漁港に水揚げされたもの。
- ・松輪サバ 三浦岬にある松輪漁港が産地の一本釣りのサバ。身が黄金色に輝くのが特徴。
- ・金華サバ 三陸金華山沖で脂がのった秋に漁獲されるサバで、石巻港に水揚げされる。
- ・八戸前サバ 八戸前沖の最北端漁場で獲れるサバ。脂がのった秋サバが旬。

太平洋各地で水揚げされるサバは秋が旬で秋サバというが、太平洋沿岸を回遊するサバは伊豆半島沖で春ごろに産卵し、北上する。北海道沖の海域で丸々と太り、産卵のため南下するのが9~10月頃。

この時期のサバは脂肪が身に入り、風味が格段に上がります。八戸前沖の「戻りサバ」は最良とされます。北上するサバと南下するサバでは、脂肪含有率が全く違います。

脂肪含有率の多い順は、北海道沖 — 八戸沖 — 三陸沖 — 常磐沖 — 銚子沖 — 伊豆沖 — 高知サバ — 九州沿岸で水揚げされるサバは、冬が旬で「寒サバ」と呼びます。

漁獲量(2016年)では、中国:約50万ト、日本:約49万トです。2018年の資料では、半分の約25万トは海外へ輸出し、輸入はノルウェー産を約7万ト。また、スーパーで販売されているサバの約7割がノルウェー産だと言います。

日本産の小型サバは、主に缶詰(鯖缶)に加工されていますが、漁獲量の半分がアフリカ諸国への輸出に回されており、西アフリカでは鯖缶は国民食だと言われています。また、生エサとして、ブリやマグロなどの養殖魚のエサとされます。小型サバは脂が乗っていないので、好まれないが安価です。

サバの人気が高まっていますが多くは天然魚です。もともと食卓に欠かせない魚ですが、最近では鮮度管理や養殖方法を工夫し、生でも食べられるサバが登場しており、独特の旨味やトロリとした脂の乗りで、食べ

る人を魅了しているのです。関東圏でも刺身として食べられるようになり、ブランド化されています。

養殖サバは餌にこだわり、身の旨味や脂の乗りをよくするなど、付加価値を高めたブランドサバとして各地の養殖特徴を出し、鮮度の良さと旨味、お刺身で食べられる特徴を売り物にしています。

## 養殖方法

サバの養殖には、畜養と完全養殖があります。

- 1) 畜養 天然の魚（天然の種苗）を漁獲し、一定期間生け簀で餌を与えて育て、一定重量に達したら出荷する方法。餌には、イワシやイカナゴのアミ類、オキアミ類、カタクチイワシ、イカ類、ペレット状のものに酒粕（よっぱらいサバ）、ハーブ（長崎ハーブサバ）等。
- 2) 完全養殖 天然の親から卵を採り孵化させて成魚まで育てた後、その育てた成魚を親として卵を採り、その卵を孵化させて稚魚を育て、その稚魚を養殖して成魚にする。サイクル養殖です。「唐津Qサバ」は、唐津市と九州大学による日本で初めての完全養殖です。

完全養殖サバのメリットには

- ① 一年中脂がのっておいしい。年間平均の脂質含量は20%以上
- ② 安全安心な品質である  
卵から出荷まで管理された餌なので、食中毒の原因となるアニサキス（寄生虫）のリスクが低減されている。2020年10月現在で、7万尾以上の出荷があるがアニサキスの発見例は0件である。
- ③ 活鮮の状態でお出しできるので、鮮魚として刺身で食べられる。

## 養殖地とブランドサバ

（西日本・九州でマサバが養殖されている）

- 1) お嬢サバ 鳥取県岩見市  
陸上の養殖施設で作られたサバ。地下海水の養殖が特徴。  
地下海水を使用する陸上養殖なので、アニサキスが付きにくいことが特徴。
- 2) 鯖街道よっぱらいサバ 福井県小浜市  
潮流が流れ込み、地下水が湧き出る清らかな小浜の海で、漁師から買い取るピンサバをタブレットで管理養殖されるハイテクサバ。サバ文化発祥の地である聖地・小浜サバ。出荷2か月前より、エサに5%程の酒粕を混ぜて与える。舌先が捉え喉に残る深い旨味と甘さ、爽やかな酸

味があるのが特徴。

- 3) ぼうぜ鯖 兵庫県姫路市  
兵庫県内きっての漁業の島「坊勢島」で養殖。畜漁で6~7月瀬戸内で漁獲した天然サバを生け簀で養殖し、11月~3月にかけて出荷する。漁協直営の直売所で生きたままで販売する。地元の人「関サバなんかより断然上だ」という。
- 4) ひむか本サバ 宮崎県延岡市日向灘沿いにある養殖場。無投薬で飼育し、400g以上のものを餌止する工夫で肉質の向上と適度の脂肪を維持し、神経締めして出荷。旨味の詰まった刺身が好評。
- 5) 唐津Qサバ 佐賀県唐津市 唐津市と九州大学の共同研究で生まれた完全養殖マサバ。平成26年より販売。「大漁鮮華」「唐津うまかも市場」で、水槽で泳いでいるサバを購入できる。アニサキスの発見例は0件。毎年10月上旬から翌年6月頃に出荷する。  
加工品に「唐津Qサバ冷やし竜田揚げ」「唐津Qサバ甘夏オイル漬け」。
- 6) 長崎ハーブ鯖 長崎県佐世保市・松浦市 長崎で養殖されているマサバ。飼料にナツメグ、オレガノ、シナモン、ジンジャーの4種類の西洋ハーブ（香辛料）を混ぜて育てることで、サバ特有の生臭さが少なく、血合いの色が綺麗である。

## 最後に

テレビでサバが養殖されていることを知り、調べてみると西日本・九州地域でマサバが養殖されていました。天然サバのイメージを変えた高級食材として、関東圏でも高級魚として「まぐろのトロに負けない」刺身の旨味に、今、サバは大注目されて人気が出ています。

健康効果やサバの生食のニーズや美味しさに注目が集まり、サバブームが起きているように思います。

養殖マーケットの中では、まだまだニューフェイスだと思いますが、海水魚の「高級サバ」として人気が出ています。まぐろのトロに負けない「サバの刺身」を知ったので、是非、食してみたいと思います。

