

feinのアナザースタイル・魚釣りと料理 ～ 刺毒魚「アイゴ」を食卓へお招きしました！ ～

私がこれまでやってきた釣魚料理の中では一番神経を使うものでした。
でも終わってしまうと案外カンタンで、いくつかの注意点さえ守れば大丈夫なんだなって分かったのです。

●はじめに

刺毒魚として釣り人の中では有名なアイゴ。
私も今までは恐ろしくて逃がしていたのですが、先日持ち帰って調理にチャレンジ！
品目は刺身とみそ汁。魚料理の基本ですね。
そして食べてみると…ものすごく美味しい魚だったのです！
立派な「押し魚」になってしまったので、記録を残します。



※一応、アイゴの調理マニュアルにもなってます

●アイゴを釣ってから

これまた数多の意見があるようですが、私は下記のようにしました。

1. 釣れたアイゴを大きいタオルで包み、そのままにしておく。

残念ながら私には魚を一撃でめる技術がありません。
また、仮に私が腕利きであったとしても魚が飛び上がれば危険です。
仕方ない…大人しくなるまで待つことにしました。

1. 釣り場に大きいタオルを敷き、
2. タモ網から暴れる魚をそこに置き、
3. タモ網の柄を使って魚を優しく反転させながらタオルでぐるぐる巻きにする。
4. それから海水をじゃばじゃばかける。
5. 30分も経たずに大人しくなりました。

feinのアナザースタイル・魚釣りと料理 ～ 刺毒魚「アイゴ」を食卓へお招きしました！ ～

2. 大人しくなったら毒ヒレを切除する

【これが終わるまで、絶対に素手で触らないこと！！】

ここは思ったほど難しくなかったです。アイゴが動かないのをしっかり確認したからね。アイゴの毒針は下図の赤いラインにあります。これを全て切り落とすまでは油断厳禁。また、個体差があるかもしれない??ので、注意して下さい。



1. アイゴに分厚いタオルをかけてヒレだけ出るようにする。
2. ヒレをペンチでつまみ、もう片方の手でキッチンバサミを構えてヒレを根元から切っていく。
3. 頭部にある隠し毒針もペンチで起こして根元からバチンと切除。

3. アイゴの頭を落として内臓を除去する

もう毒針はありませんが、アイゴは念のためタオルで包んだままです。普通に魚をさばく要領で頭を落とし、内臓を傷付けないように腹部を切っていました。

4. ドレスになったアイゴを綺麗に拭く

本当は血抜きもすると良かったのでしょうか。でもドレスにするだけにしました。立派な魚に切り込みを入れたくなかったんです。

それに、いくら磯臭いと言っても私には臭みを消しつつ調理できる可能性があったし。引き続きヒレの周りに注意しつつ、海水をかけながらタオルで綺麗に拭いていきました。

fein のアナザースタイル・魚釣りと料理 ～ 刺毒魚「アイゴ」を食卓へお招きしました！ ～

5. 清潔なビニール袋に入れてクーラーボックスへ入れる

ここまでくると刺毒魚のアイゴも見事な「食材」です♪
ほぼ釣り人しか食べられない貴重な食材ですよ。
よく冷えたクーラーボックスへ丁寧に投入しました。



6. 切除した毒針などを海へ帰す

毒針はアイゴの体から切り離されてもしばらく毒性を保持します。
危険なので1本残らず海へ帰しました。内臓や頭も感謝を込めて海へ返却。
すぐに小魚が集まってきて食べてくれましたね。



この日に釣れたカマスちゃん♪

ここまでやってようやく釣りを再開できました。
でも今後は1.の間はルアー釣りくらいはできますし、2～6も手早くできるようになるでしょう。

●アイゴを持ち帰ってから

もう毒はありませんが、ヒレの周りだけは引き続き注意してさばいていきました。

1. 3枚おろしにして小骨を抜く

普通の魚とまったく同じでちょっと拍子抜け。小骨も少ないし取りやすい。
毒針さえ切除すれば、むしろ調理しやすい部類だと思いましたね。

2. 皮を引く

アイゴの皮は分厚く丈夫。鱗はとても小さくて取る必要はありませんでした。
尻尾のところを清潔な布巾で軽くつまみ、包丁の刃を傾けて引っ張るとすぐに皮が剥がれました。

feinのアナザースタイル・魚釣りと料理 ～ 刺毒魚「アイゴ」を食卓へお招きしました！ ～

3. 中骨の部分を綺麗にする

3枚おろしにして出た中骨周りの身も捨てません。鍋とかにすれば美味しいもの。
毒ヒレの根本の骨があったので念のため除去。内臓に近い部分もキッチンバサミで除去しました。これで綺麗なアラ汁にできます。

4. 保管する

すぐに食べるならキッチンペーパーに包んで冷蔵します。
後日にするならキッチンペーパーで水気をふき取ってからラップで包み、さらにビニールへ入れて冷凍します。

●アイゴを調理して…いただきます！

少なくとも私が釣ったアイゴはまったく臭みもなく美しい白身でした。
鼻を近付けても普通のお魚。もう決まりだね。
スパイスも入れず、和風のシンプル調理で頂くことにしたんです。



刺し身

アイゴの尻尾のほうの身を使いました。しっかり歯ごたえがある旨味たっぷりの白身で臭みは皆無。醤油とわさびだけでご飯がいくらでも入ります！
部屋の明かりを反射してキラキラしてて…これが、あの刺毒魚なのか…って。
美味しいですよ。お世辞抜きで、絶品のお刺身です。

みそ汁

アイゴの頭のほうの身を使いました。特徴が分かるかなって。
そこらへんの野菜を茹でてからショウガを一片、プラス少しだけ酒粕を入れて煮立たせる。
それから味噌とアイゴの身を優しく入れるだけです。そしてこれまた美味しかった。臭みなんかまったくなく、火を通して崩れない身質なんです。

feinのアナザースタイル・魚釣りと料理 ～ 刺毒魚「アイゴ」を食卓へお招きしました！ ～

アイゴが食べられることはもともと知っていたのですが、まさかこれほど美味だったとは…！

魚釣りをしていて良かった…心からそう思いました。

さらに、今回釣れたのは30cmオーバーの大物アイゴだったのです。

●アイゴという魚と fein の釣りスタイル

私も普通の釣り人なのでメジナとか鯛とかの大物が釣れば嬉しいですが、それを狙い続けてジリジリしてるのって、まず魚釣りとして楽しくないんです。何かしら美味しい魚を釣って持ち帰りたい。

アイゴは猛烈に引きが強く、釣りモノとしてもスリリング。すごいパワーを持つ魚なんですよ。これで資源量が多く釣り放題で、食べても美味しいなんて最高じゃない？

アイゴは海藻を食べるのでしばしば「磯焼け」を引き起こします。あまりアイゴが増えると海藻が減ってしまって生物が少ない海になってしまう。イスズミとかも磯焼けを引き起こす魚なのですが、こうした魚は往々にして食べても不味いと言われることが多いんですよ。



ちょっと小さめアイゴ♪

だから魚屋やスーパーに並ぶようなこともない…でも本当に不味い魚なんだろうか…？
ずっとそういった魚たちのことが気になっていたんです。



カラーが違うアイゴ♪

でも、このレポート読んでも試してみようと思わないでしょう？

私が目を付けているの、そこなんです。

ここいらへん、**私はアナザーエデンでも似たような傾向があります**よね（笑）

さて、先日はたまたまだったのですが…今後はアイゴを積極的に狙っていきたいと思います。
だって美味いからさ…

できれば数を釣りたいですね。寿司とかも最高に美味いはず。

私はついに…アイゴの毒針を、克服したのです！