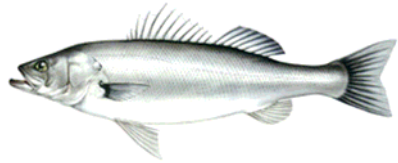


# スズキ

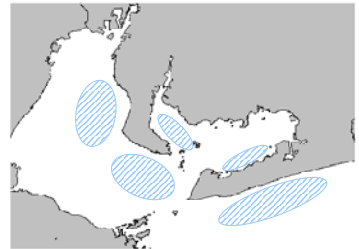
地方名称 マダカ・マタカ（中型の魚：県下）  
セイゴ（小型の魚：県下）  
ナナイチ（30cm位の魚：宇津江）

旬 夏～秋



## 生産の状況

- 愛知県の漁獲量（H22年）  
すずき類 529 t（全国第4位 シェア5.9%）
- 主な生産地  
南知多町、西尾市、碧南市、常滑市、田原市
- 漁法 小型底びき網、釣り、小型定置網、船びき網、刺網
- 漁期 夏～秋



〔主な漁場〕

## 料理して食べよう！

### ◆スズキのホイル焼き

材料（4人分）：スズキ切り身4切れ、タマネギ1個、きのこ、レモン、バター、粗挽きコショウ

- ①アルミホイルにスズキの切り身、タマネギの輪切り、きのこ、バターの順に乗せ、粗挽きコショウを振り、最後にレモンスライスのをせてアルミホイルで包み込む。
- ②オーブントースター、グリルなどで焼く。

### 中華風に

#### ◆スズキの酢豚風

材料（4人分）：スズキ切り身4切れ、ニンジン1本、ピーマン4個、タケノコ小1個、片栗粉適量、調味料（しょうゆ大さじ2、酢大さじ3、砂糖大さじ2、片栗粉大さじ2、水大さじ5）、塩・コショウ、食用油

- ①スズキを一口大に切り、塩・コショウをして、片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- ②ニンジン、ピーマン、タケノコを一口大に切り、フライパンで炒める。
- ③調味料を合わせておく。
- ④炒めた野菜に③を入れ、とろみが出たところで①を加えてサッとからめる。

### 秋のたくさん獲れる安い時に一本さばいてみましょう

#### ◆スズキの粕漬け

材料：スズキ1尾、酒粕、酒、塩適量

- ①スズキは、ウロコを落とし頭と内臓を取り除いて水洗いし、二枚におろして適当な大きさに切り分け、薄塩を振る。
- ②酒粕は酒で適当な柔らかさにのぼし、①を1日程漬け込む。
- ③②を焼いていただく。②のまま冷蔵庫に保存できる。

\*スズキの切り身を、豊浜で作られたカタクチイワシの魚しょう「しこの露」3：酒1の漬け汁に30分程漬け込んで焼く「魚しょう焼き」もコクがあって美味しい。夏は、さしみや塩焼きで。