

## 伊勢湾の春告げ魚 コウナゴ (イカナゴ)



## ▶ おさかなレシピ





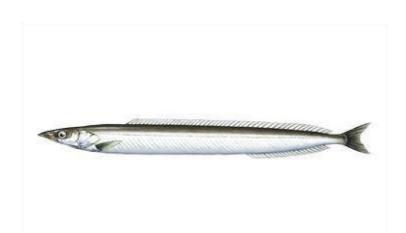




コウナゴとニラの卵とじ コウナゴのかき揚げ コウナゴの釘煮

コウナゴのチャーハン

## ▶ 基本情報







漁法 船びき網



主な産地

南知多町、碧南市

## 資源に優しい漁業の証、エコラベルが目印すべて食べられるから栄養満点!

標準和名は「イカナゴ」ですが、「コウナゴ(小女子)」の方が通りがいいかもしれません。稚魚のうちに漁獲 され、釜でゆでて干して出荷されます。イワシの「ちりめんじゃこ」とは似ているけど別物で、食べ比べると少し 脂気があり、独特の味わいがあります。骨ごと全て食べられるから、カルシウムなどの栄養をたっぷり摂ることが できます。

愛知県でコウナゴを漁獲している「愛知県しらす・いかなご船びき網連合会」は、厳しい資源管理で全国的 に有名です。資源を保護するために、資源調査を行って解禁日や終漁日を取り決めています。このため、 春先2~3月のほんの短い時期にしか漁獲されません。こうした取り組みが認められ、愛知県のコウナゴに は「マリン・エコラベル」が貼られています。ぜひエコラベルのコウナゴを探してみて。