

姿かたちも身の白さも美しい出世魚

スズキ



▶ おさかなレシピ



[アクアパッツァ](#)



[スズキとアサリのアヒージョ](#)



[スズキの磯辺揚げ](#)



[スズキのガーリックハーブソテー](#)



[スズキのホイル焼き](#)

▶ 基本情報



旬

夏

漁法

さし網、小型底びき網、釣り、小型
定置網、刺網



主な産地

南知多町、西尾市、碧南市、田原市
常滑市、蒲郡市

◆これぞ魚という美しいボディライン秋のスズキも意外といけます。あいちの秋の魚

スズキ目スズキ科スズキ属。魚らしい美しい形をした魚はほとんどがこのスズキ目に属しています。

スズキは、いわば魚の筆頭格ですね。浅海を泳ぎ、大きなものは全長1mにも成長します。

成長段階で呼び名が変わり、めでたい席で使われる出世魚です。一般的にはセイゴ→フッコ→スズキと変わっていきますが、愛知県ではフッコと呼ばずマタカ（マダカ）が一般的です。地域により呼び名が色々違います。

低脂肪・高たんぱくが特徴のヘルシーな白身魚で、昔から旬は夏とされ、主に「あらい」で食されます。しかし、漁獲量が増えるのは秋から冬で、この時期は値段も安いので、脂の少なさを補う調理で十分においしくいただけます。愛知県では「あいちの四季の魚・秋」に選定されています。また、2月頃のスズキの白子はなかなか手に入らない珍品で、トラフグの白子に匹敵する美味しさと言われています。