

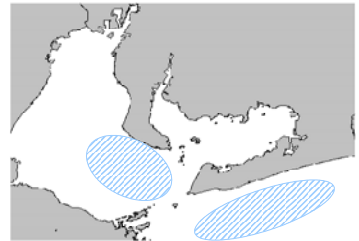
トラフグ

地方名称 カモエフグ（豊浜）
カマエフグ（師崎）
カマヤフグ（大浜）
旬 冬



生産の状況

- 愛知県の漁獲量（H22年）
68t（水産試験場調べ）
- 主な生産地
南知多町、西尾市、蒲郡市
- 漁法 はえ縄、小型底びき網
- 漁期 秋～冬



〔主な漁場〕

料理して食べよう！

※トラフグには毒があります。自分でさばいたりせず、ふぐ処理師免許を持つ専門家がさばいたものを利用しましょう。

簡単・おいしい

◆から揚げ

- 材料（4人分）：トラフグの切り身400g、卵白2個分、しょうゆ1カップ、片栗粉、食用油各適量
- ①卵白としょうゆを混ぜ、トラフグのぶつ切りを約30分程漬ける。
 - ②片栗粉をまぶし、カリッと揚げる。
 - ③サバフグでもおいしい。

フグ刺しをひと工夫

◆トラフグと昆布の盛り合わせ

- 材料（4人分）：さしみ用トラフグ200g、納豆昆布4g、とろろ昆布4g、大葉12枚、ワサビ
- ①さしみ用トラフグは、薄くそぎ切りにする。
 - ②皿に大葉を敷き、①を乗せ、納豆昆布ととろろ昆布を盛り合わせる。
 - ③ワサビを添える。トラフグとコンブを和えていただく。

冬はフグで暖まろう

◆フグ鍋

- 材料（4人分）：トラフグ（他のフグでも可）600g、ハクサイ1/4個、シイタケ8個、エノキ1袋、長ネギ1本、豆腐1丁、昆布10cm、もみじおろし、アサツキ、ポン酢各適量
- ①フグは食べやすい大きさに切り、さっと湯通しして冷水に取り、水気を切る。
 - ②ハクサイはざく切り、長ネギは斜め切り、シイタケ、エノキは石づきを切り落とし、豆腐は食べやすい大きさに切る。
 - ③土鍋に水を入れ、昆布を入れて火にかけ、煮立ったら昆布を取り出し①を入れ、煮立ったら②を入れアクを取りながら煮る。
 - ④薬味を入れたポン酢でいただく。