

おかやまの旬の魚介類

スズキ

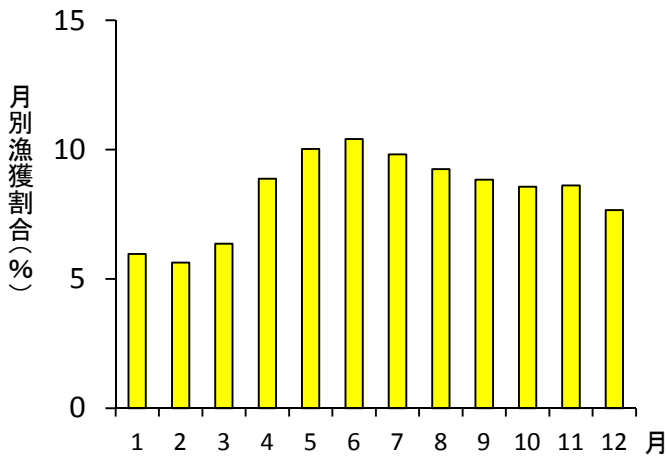
岡山県農林水産総合センター
水産研究所

■大きさが30cm以上をセイゴ、45cm以上をハネ、60cm以上のものをスズキと称し、成長に合わせて呼び名が変わることから、出世魚と呼ばれています。

■岡山県では笠岡市、岡山市、倉敷市を中心に、小型定置網で漁獲され、夏に漁獲の盛期を迎えます。

■脂質は夏に多く、旨味成分である遊離アミノ酸量は冬に多くなりました。つまり、夏のスズキは淡泊で脂が乗っており、冬は旨味が強いのが特徴です。

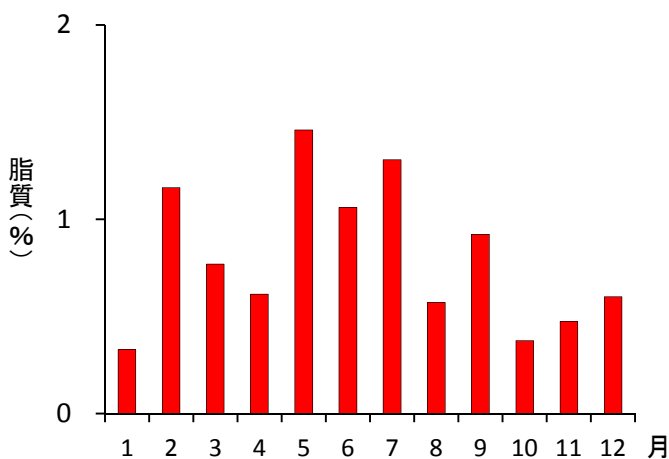
■おいしい食べ方は、刺身、塩焼き、バター焼き、ムニエル、あら汁、カルパッチョ、フライなど様々です。



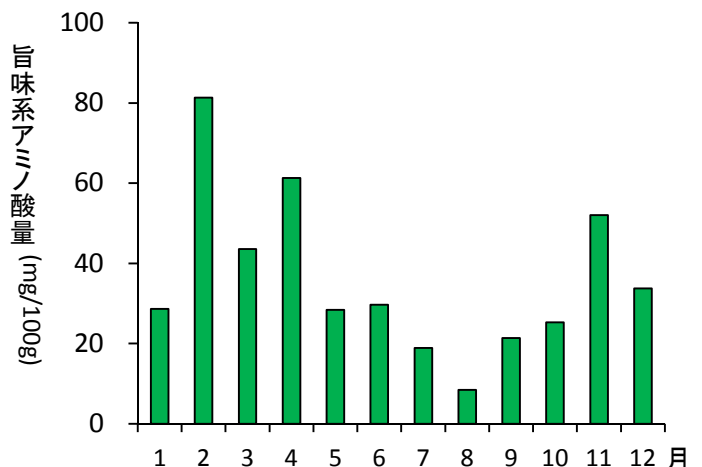
春～秋に漁獲が多い



スズキのカルパッチョ
(岡山県漁連HPより)



5～7月に脂が多い傾向



冬～春に旨味が多い