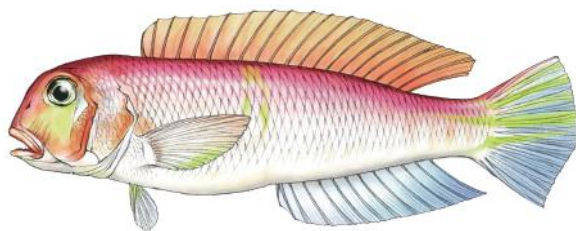


# アカアマダイ 【赤甘鯛／スズキ目アマダイ科】

旬 冬

全長 約60cm

地方名称  
アカアマ (西浦)  
グジ (三谷)



## 生産の状況

【生産量】H28年:アマダイ類7t(県水産課調べ)

【主な生産地】蒲郡市、南知多町、西尾市

【主な漁法】小型底びき網、沖合底びき網、さし網

【漁期】 夏 秋 冬



## 料理して食べよう!

柔らかい身はみそ漬けや一夜干しで

### ◎アマダイのみそ漬け

材料(4人分)  
アマダイ2尾、  
白みそ700g、みりん、  
酒各1/2カップ、塩少々

- ①アマダイはウロコを取って三枚におろし、塩を軽く振って、3~4時間おく。
- ②白みそ、みりん、酒を合わせ、よく混ぜる。
- ③平らな容器に②の半量を敷き、水気を拭き取った①を重ねないように並べ、残りの②で全体を覆う。
- ④2~3日漬けた後、焦がさないように焼く。

徳川家康も大好きだった、とか…

### ◎アマダイの一夜干し

材料(4人分)  
アマダイ、  
塩適量、  
レモン適量

- ①アマダイは、ウロコを取って二枚におろし、水洗いする。小型のものは開きにする。
- ②海水程度(約3%)の塩水に①を1時間ほど漬ける。
- ③②を風通しの良いところで半日ほど干す。冷蔵庫で一晩おいても可。
- ④③を焼いて、レモンのくし切りを添える。

天ぷら、又は薄塩をし10分程酒蒸しにしてポン酢で。

