

カタクチイワシ【片口鰯／ニシン目カタクチイワシ科】

旬 秋

全長 約20cm

地方名称 シシコ(県下)
シコ(豊浜)



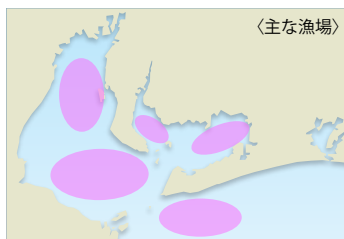
生産の状況

【生産量】H28年:22,570t(全国第2位、シェア13.2%)

【主な生産地】南知多町、碧南市、蒲郡市

【主な漁法】船びき網、まき網

【漁期】春 夏 秋 冬



料理して食べよう!

骨ごと食べよう

◎カタクチイワシのたたき団子の天ぷら

材料(4人分)

カタクチイワシ400g、
ニンジン1本、長ネギ3本、
片栗粉大さじ2、
砂糖小さじ2、塩小さじ2、
卵2個、食用油

- ①カタクチイワシは頭、ウロコ、内臓を取り除いて水洗いし、まな板の上で包丁でよくたたく。
- ②ニンジンはすりおろし、長ネギはみじん切りにする。
- ③すり鉢に①と②を入れ、片栗粉、砂糖、塩、卵を加えて、材料をよくすり合わせる。
- ④スプーンにひとさじずつ取って油に入れ、少し色が付くまで揚げる。



カルシウムたっぷり

◎たつくり

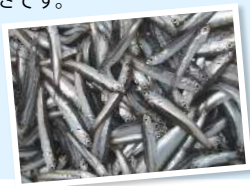
材料(4人分)

タツクリ200g、
しょうゆ大さじ7、
みりん大さじ2、酒大さじ4、
砂糖大さじ10

- ①鍋にしょうゆ、みりん、酒、砂糖を入れ煮立て、タレを作る。
- ②フライパンでタツクリをよく炒り、熱いうちに①のタレを絡める。



豊かな伊勢湾・三河湾で育ったカタクチイワシは脂がのり、日本中のどこにも負けない美味しさです。



カタクチイワシの耳石



レベル ★★☆☆☆

大きさ 3.4mm/15cm

○この種の見方は巻末をご覧ください。