

サヨリ

【針魚、細魚／ダツ目サヨリ科】

旬 春・秋

全長 約35cm

地方名称 サイラ(知多)
サイロ(三谷)



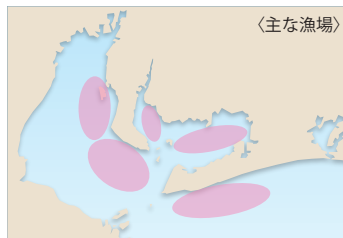
生産の状況

【生産量】H28年:15t(県水産課調べ)

【主な生産地】碧南市、蒲郡市、西尾市、
田原市

【主な漁法】船びき網、小型定置網

【漁期】春 秋



〈主な漁場〉

料理して食べよう!

さっぱりさより

◎サヨリの塩焼き

材料(4人分)
サヨリ大4尾、塩少々

- ①サヨリは、ウロコを落として内臓を取り除き、水洗いする。
- ②塩を振って焼く。



たくさん釣れたら一夜干し

◎サヨリの一夜干し

材料(4人分)
サヨリ、塩大さじ2

- ①サヨリはウロコを落として内臓を取り除き、水洗いする。
- ②水2カップに塩を入れて塩水を作り、①を30分程漬ける。
- ③②を風通しの良いところで半日ほど干す。

透き通った身がきらきら

◎サヨリの刺身

材料(4人分)
サヨリ4尾、大葉4枚、
レモンの薄切り適量

- ①サヨリは、三枚におろし、腹骨をすき取り、皮をひく。
- ②①の片身を3つ程にそぎ切りにし、大葉の上に盛りつけ、レモンの薄切りを置き、その上にそぎ切りしたサヨリの刺身を重ねる。(レモンの風味がさわやか)
- ③ワサビじょうゆかポン酢でいただく。



サヨリは、腹の中の黒い膜に苦みがあるので、きれいに取り除きます。
春に獲れる大型のサヨリは、塩焼きにすると美味しい。



サヨリの耳石



レベル ★★☆☆☆

大きさ 4.6mm/25cm

○この欄の見方は巻末をご覧ください。