

マトウダイ

【的鯛／マトウダイ目マトウダイ科】

旬 冬

全長 約50cm

地方名称 マト(西浦)



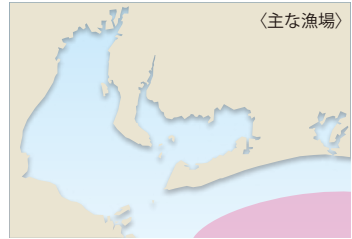
生産の状況

【生産量】統計なし

【主な生産地】南知多町、西尾市、蒲郡市

【主な漁法】沖合底びき網、小型底びき網

【漁期】春 夏 秋 冬



〈主な漁場〉

料理して食べよう!

身はシコシコプリプリ、肝はマツタリ

◎マトウダイの刺身

材料(4人分)
マトウダイ1尾、
わさび適量

- ①マトウダイは、頭を切り落として内臓を取り除き水洗いする。
- ②①を三枚におろし、皮をひき、中骨を切り取り、身をそぎ切りにして皿に盛る。
- ③肝はサッと湯通ししてたたいて添える。しょうゆにわさびと肝を混ぜていた

だく。

白身の高級魚は、どう料理しても美味

◎マトウダイのムニエル

材料(4人分)
マトウダイ1尾、
塩・コショウ適量、
小麦粉少量、
サラダ油大さじ1、
バター30g、レモン1/2個

- ①マトウダイは、頭と内臓を取り除き、よく水洗いして三枚におろし、半身を半分
- 分に切る。
- ②①に塩こしょうをして、小麦粉をまぶす。
- ③フライパンに油を熱し、②を皮側からカリッと焼き、裏返して時々ゆすりながら焼き上げる。
- ④フライパンに残った油を拭き取り、バターを入れて魚にからめる。
- ⑤魚を皿に盛り付け、④の焼き汁をかけ、レモンのくし切りを添える。ポン酢でも可。

刺身やムニエル用におろした後の頭部を塩焼きにする。身がたっぷりで美味。冬は鍋に、ヒレに棘があります。調理には注意しましょう。



近縁種のカガミダイ(地方名称ギンマトウ)

