

# かごしま お魚 再発見

## キンメダイ

鹿児島大学水産学部の大富先生に、鹿児島のお魚のことを教えてもらえるこのコーナー。今回は、目が金色にキラキラ輝くお魚です。

脂のりが抜群の人気の高級魚  
食通になって金メダルをよこす



今年4年に一度のオリンピックキックイヤー。リオでは選ばれし日本の選手たちがよくがんばり、たくさんの方の金メダルを獲得しました。体操男子個人総合での内村航平選手の逆転勝利は圧巻でしたね。レスリング女子もがんばりました。

というわけで、今回は金メダル、ではなかった、金メダルをご紹介します。

鹿児島では3種類の「きんめだい」が水揚げされます。細長いキンメダイ、少し平べったいフウセンキンメ、もっと平べったいナンヨウキンメ。代表種は「ながきんめ」や「とうきょうきんめ」とも呼ばれ

るキンメダイです。関東や伊豆半島を中心に大人気の高級魚。刺身もおいしいですが、脂がよくなるのでいちばんおすすめしたいのは煮付けですね。

フウセンキンメはやや小型。安価でおいしい魚ですが、水揚げ量が少なく、なかなか出会えません。じつは、鹿児島でもっとも多く出回っている「きんめだい」はナンヨウキンメです。別名「ひらきんめ」。やや脂が少ないうえ、煮付けよりも刺身やしゃぶしゃぶ向きです。「ながきんめ」と「ひらきんめ」の区別、そして食べ比べができるようになれば、あなたも金メダル獲得ですよ。

おすすめ  
キンメダイ料理



キンメダイの煮付け



ナンヨウキンメの刺身

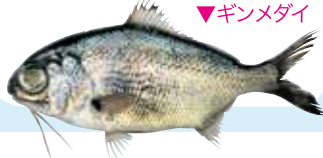


▲ナンヨウキンメ

### 銀メダルもあるよ

オリンピックでは金メダルにばかり目がいきますが、銀メダルだって立派ではないですか。深海には金メダル級のキンメダイがいれば、ギンメダイという魚もいるのです。銀色に輝く体とあごひげ。食べてもおいしいこの魚は見た目も味も銀メダル級。海の中のオリンピックからも目が離せませんよ。

▼ギンメダイ



### キンメダイ

キンメダイ目キンメダイ科の深海魚で、大きいものは全長50cmを越えます。北海道以南の水深100～800mの海にすんでいます。大きな目に光が反射すると金色に

ぴかぴかしてて、  
金メダルみたい!

輝くのが名前の由来。近縁種にフウセンキンメやナンヨウキンメなどがあります。

▼フウセンキンメ

