

かごしま お魚 再発見

フエダイ

おすすめ!
フエダイ料理

フエダイの刺身



フエダイの塩焼き



フエダイの煮付け

薄着の季節ですね。もちろん失礼は承知の上ですが、最近体脂肪が気になっていてそのアナタ、耳寄りな情報がありますよ。体脂肪には皮下脂肪と内臓脂肪がありますが、魚にもあるんです。そしてそのどちらも、私たち人間にとってはおいしく味わうために、とてもよろこばしいものなんです。つまり、魚は体脂肪があるほど人気があるんですよ。いっそのこと、魚になつてしまいませんか？

そんなわけにはいかないの話を交えましょう。フエダイという魚をご存じですか？色合いいい、形といい、ほれほれしませんか？鹿児島では「やまもち」、宮崎では「しぶだい」とも呼ばれています。でも写真の魚、背中に白い傷がありますね。…じつはこれ、傷ではありません。斑点です。大切なフエダイのしるしなんです。そのため、フエダイには「しろてん」という別名もあるんです。

内臓脂肪がオレンジ色
夏が旬のメタバなやつ

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、あざやかな内臓脂肪がおいしい魚をご紹介します！

もう一つのフエダイ

フエダイにとってもよく似た魚がもう1種類あります。ナミフエダイです。色合いや体形はフエダイにそっくりですが、体中に青白い斑点が散らばり、顔には波のような模様があります。それが名前の由来です。フエダイという魚の存在が認められたのは1983年のことで、それまではずっとナミフエダイと同じ種類とされていました。

ナミフエダイ▶



フエダイ

口が笛みたくな
形なのね!



スズキ目フエダイ科の仲間です。大きさは50cmくらい。日本では、本州中部から東シナ海にかけて分布しています。フエダイという名前は、口先がややとがっていて軽く口笛を吹いて

オレンジ色の
内臓脂肪▶

いるように見えることに由来します。上品な赤茶色の体と黄色いひれが特徴で、南九州では大人気の魚です。最近では東京でも知られるようになってきました。

プロフィール

大富 潤(おとみ じゅん):鹿児島大学水産学部教授。6月(June)生まれの潤はエビの研究を最も得意とするAB(エービー)型。おいしい魚料理のある店に大富あり。魚への愛は一途で、今日もどこかで魚を食べる楽しさを伝えている。MBCラジオ「たんぼ倶楽部」(月～金10:00～12:50)内コーナー「ととナビ」で毎週木曜12時すぎからお魚情報をお届け中。[主な著書]『九州発 食べる地魚図鑑』(南方新社)『旬を味わう魚食ファイル』(南方新社)など。