

かごしま お魚 再発見

マアジ

マアジの三枚おろしの作り方



4 頭の方から手で皮をむきます。



1 胸びれの後ろに縦に切れ目を入れます。



5 身と中骨を切り離します。



2 背中に沿って軽く切れ目を入れていきます。



6 反対側も同じようにすれば三枚おろしの完成です。



3 お腹側も同様に切り、輪郭に切れ目が入った状態にします。

おすすめアジ料理

マアジの姿造り



「あなたがよく食べる魚は何ですか？」と聞かれると、「マアジです」と答える人が多いのではないのでしょうか。マアジは一年中スーパーにならんでいますね。でも、最も脂がのつておいしくなるのは梅雨から夏にかけて、まさに今なのです。今晩は丸のままのマアジを三枚におろし、姿造りにしてみよう。」と思うはずですよ。

せんか。マアジのような小型の魚は三枚におろす前に皮を取ってしまうのがコツです。初めてという人にはぜひチャレンジしてほしいですね。失敗してもドンマイ。何匹か用意しておいてやり直せばいいのです。うまくできた時の達成感を味わってください。きっと「またやってみよう」と思うはずですよ。

スーパーに一年中ならぶ魚
姿造りにチャレンジしよう

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。今回は庶民の味方のお魚です。



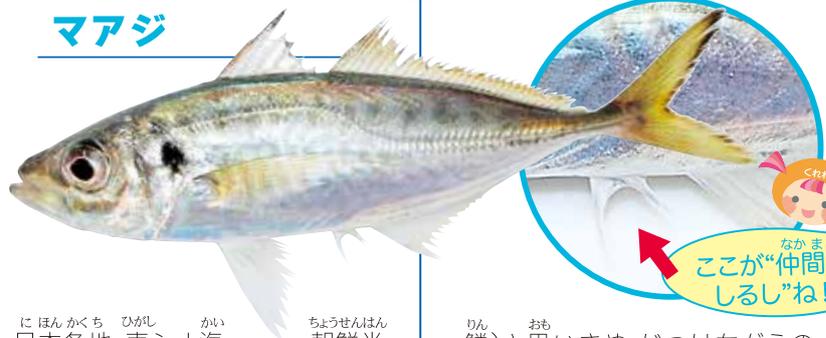
おさかな★クイズ

ブリには「ぜいご」はないですが、アジの仲間です。ところが、名前に「ブリ」がつくからといってアジの仲間とは限りません。次の3つの魚のうち、アジの仲間(アジ科)ではないものはどれでしょう？

- 1 アイブリ
- 2 シャチブリ
- 3 ツムブリ

クイズの答えと解説は、P31を見てね。

マアジ



にほん かくち ひがし かい ちようせんはん
日本各地、東シナ海、朝鮮半島
の沿岸から沖合にすんでいるアジ科の魚。アジの仲間(アジ科)のトレードマークは「ぜいご」と呼ばれる尾びれ前方にある“骨マーク”(稜

りん おも
鱗)と思いきや、じつはちがうのです。アジ科の魚の多くにはしりびれ前方に2本の小さなとげがあり、これが“アジの仲間のしるし”なのです。

ここが“仲間のしるし”ね!