

# ホウボウ

旬 冬～春



## 生産の状況

### ○愛知県の漁獲量

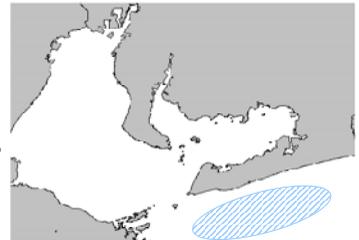
漁獲統計なし

### ○主な生産地

南知多町豊浜・日間賀島、一色町一色、幡豆町幡豆・東幡豆、蒲郡市西浦・形原・三谷

### ○漁法 小型底びき網

### ○漁期 周年



〔主な漁場〕

## 料理して食べよう！

### 透明感のある白身は甘みと旨味たっぷり

#### ◆ホウボウの刺身

材料（4人分）：ホウボウ1尾、ワサビ

①ホウボウは、頭と内臓を取り除き、三枚におろして、皮をひき、薄く削ぎ切りにする。

②ワサビじょうゆでいただく。

### 深味のある味わいです

#### ◆ホウボウの吸い物

材料（4人分）：ホウボウ1尾、昆布10cm、塩少々、みつ葉

①ホウボウは、ウロコと頭を落とし、内臓を取り除き、1～2cmの輪切りにする。

②①を湯通しして冷水にとり、ぬめりや汚れを取り除く。

③鍋に水5カップと昆布を入れて火にかけ、煮立つ直前に昆布を取り出し、ホウボウの頭と②を入れ、アクを取りながら弱火で10分程煮る。

④③に塩で味を整え、みつ葉のざく切りを散らす。

### 昔はお祭りのお祝いでした

#### ◆ホウボウの煮つけ

材料（4人分）：ホウボウ2尾、しょうゆ大さじ4、酒大さじ4、砂糖大さじ2、みりん大さじ2、ショウガ1片

①ホウボウは、ウロコと内臓を取り除き水洗いして、二つに切り、熱湯をかけておく。

②鍋に水1/2カップ、しょうゆ、酒、砂糖、みりんとショウガの薄切りを煮立て、①を入れて落としぶたをして、中火で10分程煮る。

\*塩焼きにするときは、細かいウロコを丁寧に落とし、ぶつ切りにして、鍋の材料に。身がコロコロ取れて骨が邪魔にならず、良いだしが出ます。