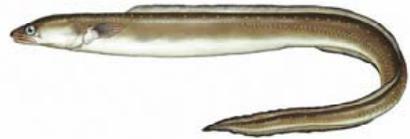


# マアナゴ

地方名称 メジロ（県下）  
ホンメジ（師崎、三谷）

旬 夏



## 生産の状況

○愛知県の漁獲量（H20年）  
アナゴ類 764 t（全国第2位、シェア12.1%）

○主な生産地  
常滑市鬼崎・常滑、南知多町豊浜・師崎・日間賀島・  
片名・大井、碧南市大浜、一色町一色、吉良町吉良、  
幡豆町幡豆、蒲郡市西浦・形原

○漁法 かが、小型底びき網、さし網、小型定置網

○漁期 周年



〔主な漁場〕

## 料理して食べよう！

### ふわふわの煮アナゴのドンブリです

#### ◆マアナゴ丼

材料（4人分）：マアナゴ開き8尾、A（水2カップ、酒1カップ、砂糖大さじ4、しょうゆ3/4カップ、ショウガ薄切り）、みりん1/4カップ、B（卵4個、塩少々）、ご飯4人分

- ①マアナゴは、頭を落として水で洗い、まな板の上で熱湯をかけ、包丁でぬめりをこそげ取る。
- ②鍋にAを入れて、アナゴの皮を下にして並べ、落とし蓋をして火にかける。
- ③②が沸騰したらあくをすくい取りながら、中火で10分程煮て、仕上げにみりんを加える。
- ④アナゴを取り出し、煮汁を少々煮詰めてタレを作る。
- ⑤炊きたてのご飯に半量の刻んだアナゴとタレを混ぜる。
- ⑥⑤を丼に盛ってBで作った薄焼き卵の短冊切りを敷き、残りのアナゴを乗せる。。

### 焼いたアナゴも

#### ◆マアナゴの蒲焼き

材料（4人分）：マアナゴ開き4尾、酒、砂糖、しょうゆ、さしみたまり、みりん

- ①マアナゴは、頭を落として水で洗い、まな板の上において包丁の背でぬめりをこそげ取る。
- ②酒1：砂糖1：さしみたまり1/2：しょうゆ1/2：みりん1/3の割合で煮立てて、タレを作る。
- ③①を焦げ目が付くほどよく焼き、熱いうちに②のタレに入れてひと煮立ちさせる。

#### ◆マアナゴのカラッと香り揚げ

材料（4人分）：マアナゴ開き12尾、小麦粉大さじ3、粉青のり少々、ゆかり少々、すりごま少々、レモン1/2個、パセリ4本、食用油

- ①マアナゴは、ぬめりを水でさっと洗い水気をふき取り、頭を取って、3~4つに切る。
- ②小麦粉に粉青のり、ゆかり、すりごまを混ぜ、①にまぶす。
- ③油でカラッと揚げ、レモンとパセリを添える。

\*天ぷら、煮アナゴの巻き寿司、干物など。