

シロサバフグ

主な漁法 : 延縄、定置網、底びき網

主な漁期 : 秋～冬

主な水揚地 : 都農、川南、青島

宮崎ん呼び方 : キンフグ、キンパク、マフグ

宮崎んレシピ : 刺身、焼っ切り、唐揚、鍋物 等



シロサバフグは、「キンフグ」と呼ばれ、県中部を中心に年間80トン前後が水揚げされています。透明感と弾力に富んだ身は、トラフグに負けないおいしさで、刺身はもちろんのこと、冬の定番・鍋料理の具としても人気があります。低脂肪・高タンパクのヘルシーな食材で、滋養強壮や食欲増進に効果があると言われるアミノ酸「リジン」が豊富に含まれています。塩干しやみりん干しにした珍味加工品として販売されていることも多い魚です。