

カワハギ

主な漁法 : 定置網、刺網、底曳網

主な漁期 : 春季～冬季

主な水揚地 : 県下全域

宮崎ん呼び方 : ハゲ、マルハゲ

宮崎んレシピ : 刺身、天ぷら、煮物、鍋、干物等

、キンツハゲ、ホンハゲ



カワハギの仲間は、鱗をとる手間いらずに、皮を簡単に剥いで、調理しやすいことからカワハギといわれます。その中でも、一番うまいとされるのがこのカワハギです。フグの仲間にも属するため、身はくせのない白身でしっかりしています。フグと違うのは、肝(=肝臓)が食べられることで、冬場の脂ののった肝臓を醤油皿に溶かし、刺身につけて食べるのが最高です。天ぷら、フライ、鍋、干物などなど、和洋を問わず、どんな料理にも合います。