

# サゴシ、美味しいですよ！！

近年、日本海側でほとんど獲れなかったサワラが急増し、本県の沿岸漁業の主力魚に躍り出ました。県西部では今年、若者を中心に「サワラ研究会」が発足し、船上での締め方や直接取引についての勉強会や視察が行われました。高値で取引され、漁場が近く安い経費で済み、引き縄釣りで比較的手軽に獲れることが人気の理由です。また、漁業者の様々な工夫により、漁労技術は年々向上しています。漁は秋から本格化し、車窓から県西部の9号線沿いの海を眺めると、白い小船を多数確認でき、サワラ釣りの風景が飛び込んできます。

そんな魅力あふれるサワラですが、サゴシというサワラの0歳魚（未成魚）の水揚げが多いことをご存じでしょうか。H19年の県漁協淀江支所の一本釣りの漁獲量でみると、水揚げの約7割がサゴシと推定されます。サゴシは主に秋から冬にかけて多獲されています。



図18 漁獲されたサゴシ

このサゴシ、小型で脂分も少なく、商品価値が低いため、あまり儲けになりません。

漁獲を控えて大きくしてから獲ることもさることながら、いかに有効利用を図るかも重要な課題です。県内より京阪神、岡山での需要が高く、県内のスーパーではサワラをあまり見かけませんが、たまに1尾丸ごと200円台の安値で販売されています。消費者にとっては絶好のチャンスで

す。「脂のりが悪い」などと身も蓋もないことを言わず、美味しい食べ方を模索しましょう。塩焼きや西京漬け（味噌焼き）といった一般的な食べ方のほか、サゴシならではの食べ方がきっとあるはずです。今回は、御来屋の漁業者から教えていただいた簡単で美味しい「竜田揚げ」の作り方についてご紹介します。

## 【 竜田揚げのレシピ 】

①頭、内臓をとる。②食べやすいサイズに骨ごとぶつ切りにする。③片栗粉をまぶして揚げる。④フライパンに醤油、みりん、酒を混ぜたタレを入れ、揚げたサゴシにからめながら煮詰める（\*サゴシにタレを浸した後に③でも美味しい。）



図19 絶品！サワラの竜田揚げ

食べてみると魚の臭みを全く感じず、甘いたれが白身に絡まり絶品。鶏肉以上のさっぱり感と1尾丸ごとのボリューム感。それに簡単な調理なので手間がかかりません。これからはもう、サゴシかって鼻で笑えないですよ。普段からサワラの西京漬けを食べ慣れている京都出身者も、この味にびっくり。「こんな食べ方があるとは知らなかった。最高に美味しい。」食べ方一つでサゴシを見る目も変わるかもしれません。今後ぜひ食卓のメニューに加えてみてください！

本誌に関するご意見・ご感想・ご希望等ございましたら、「さいばいだより編集部」まで御連絡ください。

鳥取県栽培漁業センター「さいばいだより編集部」

住 所：鳥取県東伯郡湯梨浜町石脇 1166

電 話：0858-34-3321      ファクシミリ：0858-34-2888

E-mail：saibaigyogyo@pref.tottori.jp