

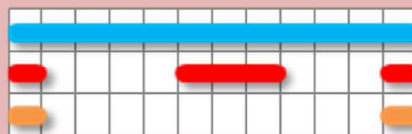
見た目に似合わず美味しく、リーズナブルな魚

# メダイ

(地方名 ダルマ、ダルマダイ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



山陰ではシズと呼ばれるイボダイの仲間。粘液を出し、バターを塗った様に見えることから英名ではバターフィッシュ。



## 肉質・味

体表にこってりとした粘液が多く、見た目は悪いが、身はピンクを帯びたきれいな白身で、肉質はやや柔らかい。白身の魚にしては脂肪含有量が多く、まったりとした食感。



## 調理方法

鮮度の良いものは刺身や寿司だねに用いられる。塩焼き、照り焼き、味噌漬け、粕漬け、煮つけ、フライ、鍋など何でも美味しい万能惣菜魚。刺身は、さばいた直後よりも、冷蔵庫で一晩寝かすと旨みが増すとされる。

## 名前の由来

ダルマ：  
丸いおでこと大きな目が達磨（ダルマ）にそっくりなため。

## 棲息場

日本海では成魚は、水深100m前後の低層付近。幼魚は表層付近。

## 大きさ(流通サイズ)

大きなものは全長1m近くにもなる。流通サイズは、40~50cm位のものが多く。

1歳で30cm、2歳で40cm  
3歳で50cm、4歳で60cm  
に成長する。

60cmを超えたものが産卵に参加する。

## 水揚量(H21年)

約5トン

## 産地

酒津漁港、夏泊漁港、泊漁港、境漁港。



- 産卵場は九州南方。幼魚は流れ藻や浮遊物とともに対馬暖流に乗りプランクトンを食べ成長しながら日本海に入り北海道まで北上する。
- 全長30cm以上に成長すると高水温を避け順次流れ藻を離れ、底性生活へ移行し、さらに成長したものは生まれ故郷の九州南方を目指し南下する。
- 雑食性でイカ類から大型クラゲなど何でも捕食し、成長が早い。
- 水揚物は産卵親魚でないため1年を通して味の変化は少ないが、冬~春に脂が十分にのった時が美味しい。

沿岸漁業 一本釣、刺網