



カワハギ〔皮剥〕

季節：冬

特徴：カワハギ、ウマツラハギ、ウスバハギの3種類が、市場に出回っているハギの仲間になります。底引き網漁や定置網漁のほかにも円形の網を使う「ハゲすくい」という漁法でも漁獲されます。鍋物の季節に欠かせない魚です。また、丈夫な皮に覆われており、料理の際に皮を剥ぐことから『カワハギ』と呼ばれています。

調理方法：煮つけ・刺身・焼き魚 など