

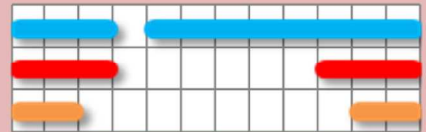
名は体を表す「海の牛たん」

# クロウシノシタ

(地方名 シタガレイ、シタビラメ、ウシノシタ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



かつては産地で食べられていた程度だがフランスの代表的魚料理として紹介されてから人気急上昇。今では全国区の魚となった。



## 肉質・味

歯ごたえのある透明感ある白身。大型のものは肉厚で脂ものっており、とても美味しい。



## 調理方法

以前は煮つけが定番料理。鮮度の良いものは刺身（小型は背ごし）が美味しい。今では洋食のムニエルが代表料理となっている。砂泥底に暮らすため、皮にわずかな臭みがあるので、調理する場合は皮を引くこと。またムニエルにする時はしばらく牛乳に浸すと良い。身がしっかりとかたいものを選ぶ。

## 名前の由来

クロウシノシタ：姿形が平たく、牛の舌のようで、体色及び背びれと臀びれが黒いため。

## 棲息場

沿岸の水深60m以浅の砂泥底

## 大きさ(流通サイズ)

大きいものは、全長45cm程度になる。流通サイズは、30~40cmのものが多く。

## 水揚量(H21年)

3.8トン

## 産地

鳥取港、赤碕港、境漁港。



定番料理 ムニエル



- 一般に舌平目（シタビラメ）と称して流通するものは、本種とアカシタビラメ イヌノシタの3種が代表格。
- 小さな目が体の左側にあり、胸びれがなく、背びれと臀びれと尾びれが連続しており尾がはっきりしていなく、口は頭の先に開かず目の下に湾曲して開口するなど普通のヒラメやカレイと異なるけったいな形をしている。
- 中国で「靴底魚」、韓国で「犬舌魚」、ドイツで「海の舌」、英米で「舌のような魚」と呼ばれている。

沿岸漁業 小型底びき網