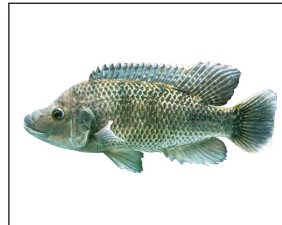


吳郭魚



A 吳郭魚
B 吳郭魚下巴
C 吳郭魚片

類別：水產品
學名：*Oreochromis mossambicus*
英名：Tilapia
別名：臺灣鯛、羅非魚、非洲鯽魚、福壽魚、南洋鯽（仔）
分類：慈鯛科（Cichlidae）

主要特徵

莫三比克吳郭魚（*Oreochromis mossambicus*），係臺灣最早引進之吳郭魚，又稱為「土種吳郭魚」。此種形態身體長而側扁、成魚頭部之背部外廓呈凹形，雄魚尤為顯著，唇發育良好，體呈暗棕色，繁殖期體色呈黑色，背鰭外緣有紅色鑲邊，尾鰭亦有寬廣之紅色鑲邊，喉胸部暗黃褐色，腹鰭呈黑色，腹部暗棕色。

重要品種（或分群）



莫三比克吳郭魚（*Oreochromis mossambicus*）

1946年由吳振輝、郭啟彰兩氏自新加坡引進，原稱南洋鯽，後來為紀念二位先生引進之功，特取兩氏之姓而命名為吳郭魚，因係臺灣最早引進之吳郭魚，所以又稱之為在來種吳郭魚。1980年另由南非引進之莫三比克吳郭魚，形態與前者差異不大，因本種能耐較高鹽度，係目前吳郭魚鹹水養殖的對象種。



尼羅吳郭魚（*Oreochromis niloticus*）

1966年自日本引進，為吳郭魚類中體型最大的一種，體色黃棕色，體側有橫條紋，頭部、背部外廓略呈凹形，口小、眼呈紅色，喉胸部呈淺黃褐色或淡紅褐色，背鰭及臀鰭之軟條有許多褐色條紋，尾鰭上有十條左右之黑色條紋。



斯皮路勒吳郭魚（*Oreochromis spilurus*）

1981年自沙烏地阿拉伯引進。體色偏深綠，吻比較長，體側有橫斑，背鰭軟條部及尾鰭有斑點，比莫三比克吳郭魚大型，雜食性，對鹽度忍受性高，適合海水養殖。



福壽魚（*O. mossambicus* × *O. niloticus*）

1969年研究人員以雄性尼羅吳郭魚與雌性莫三比克吳郭魚雜交育成之子代，稱為正雜交吳郭魚，命名為「福壽魚」。雜交吳郭魚的形態、習性與親代尼羅吳郭魚極相似，成長速度比親魚快約120%以上，有成長快、體型大之優點，受到業者的青睞。

資料來源：吳郭魚168（水產試驗特刊10）

品種來源

原產地與臺灣發展演變

吳郭魚（Tilapia）原產於非洲，屬於熱帶魚類，全世界接近有100種，其中可以當做養殖對象的約有20種。1946年，吳振輝及郭啟彰兩位先生自新加坡引進俗稱「南洋鯽仔」、「黑鯽仔」的莫三比克種吳郭魚，為臺灣養殖吳郭魚的鼻祖。由於吳郭魚對病害的抵抗力及環境的適應力很強，又屬於雜食性，所以很容易飼養；且吳郭魚成長快速，肉質嫩且無暗刺（細骨），較能被一般消費者所接受。因此，吳郭魚不但是目前臺灣主要淡水養殖魚類之一，也是世界性的重要養殖魚種。2007年吳郭魚之產量達7.6萬公噸，居臺灣十大養殖魚種之首。有鑑於臺灣吳郭魚產業的重要性，農業部在2004年即選定優質化的吳郭魚為四大旗艦農產品之一，並且以「臺灣鯛」之名積極拓展外銷。

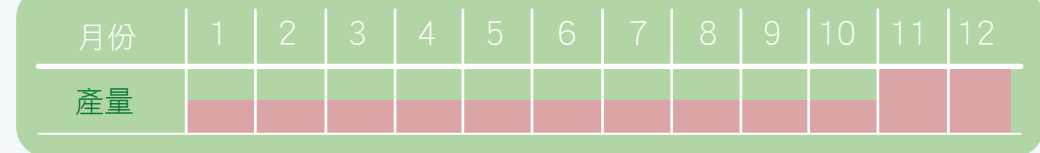
生產概況

吳郭魚養殖歷史悠久，主要養殖於雲林縣以南之縣市，民國111年全臺養殖面積達3,878公頃，根據農業部漁業署漁業統計年報資料指出吳郭魚民國111年生產量為57,802公噸，價值達3,368,267千元。養殖方式可分止水式半集約養殖、集約式養殖和箱網養殖。

- **止水式半集約養殖**：利用大型貯水池或農田灌溉用池埤養殖，需視池魚成長情形酌予投餵人工補助飼料，臺灣北部桃園地區大多利用灌溉池埤以半集約方式養殖吳郭魚。
- **集約式養殖**：在小面積內放養多數魚類並投予人工飼料，在短時間內收成出售。
- **箱網養殖**：在水庫或大型貯水池內，選擇風平浪靜、水流良好之處，設置箱網。箱網養魚面積雖然有限，但其四周水域廣泛，不但水質清淨、溶氧充足，無殘餌、底泥、廢水等污染現象，故育成魚類不但品質佳且無臭土味，較受消費者喜愛。

主要產期

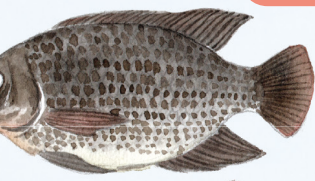
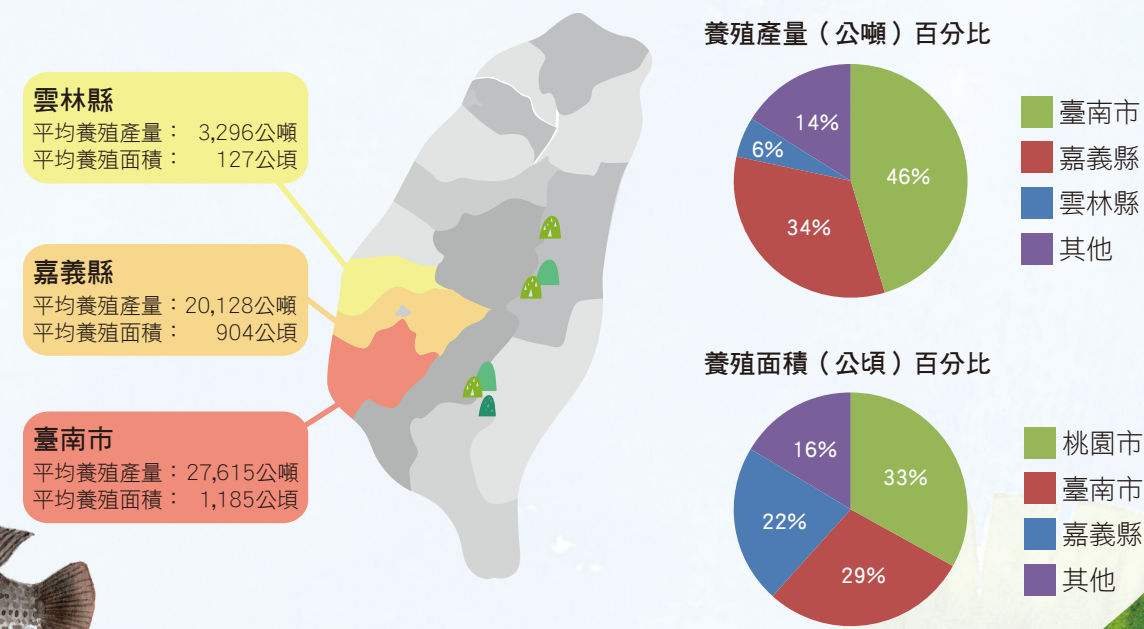
因吳郭魚繁殖力高，適應力好，再加上養殖盛行，使得吳郭魚在一年四季皆有產量，尤其在11、12月時，因為六個月的養殖期剛好經過夏秋兩季，氣溫最適合吳郭魚生長，所以產量較高。



資料來源：農業部農業知識入口網，吳郭魚主題館。

產地、面積、產量圖

目前臺灣養殖吳郭魚地區主要以雲林縣以南為主，民國109-111年平均養殖產量，前三名分別為臺南市27,615公噸、嘉義縣20,128公噸、雲林縣3,296公噸。而近三年平均養殖面積前三名分別為桃園市1,372公頃、臺南市1,185公頃、嘉義縣904公頃。



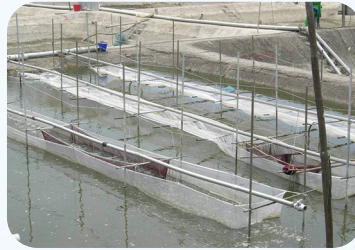
國產農漁畜產品教材-2024.9出版

編撰單位：農業部水產試驗所
撰稿者：郭柏昇 / 插畫與版面設計：梁煊插畫

在地狀況

根據統計資料指出，全臺吳郭魚養殖主要分布雲林以南，其中以臺南之養殖面積、產量、產值等，都居全臺之冠。

資料來源：吳郭魚168（水產試驗特刊10）



吳郭魚仔魚蓄養網



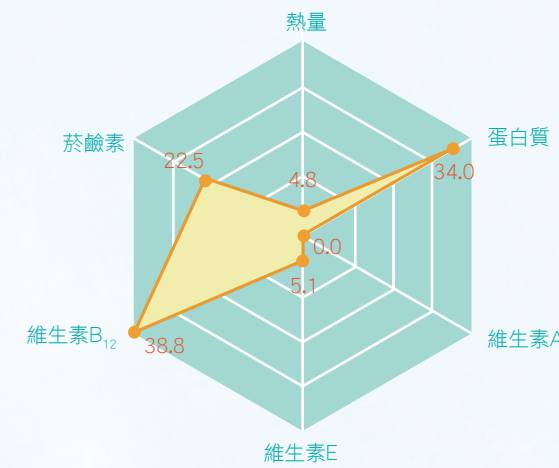
吳郭魚仔魚捕撈

營養成分

吳郭魚被稱為「21世紀之魚」，其肉質鮮美、無細骨，為鱒、鮭、鱒魚等「白肉魚」的最佳替代品。依據衛生福利部國民健康署公布之「每日營養素建議攝取量」指出，成人每天蛋白質的需求量，大約為60-70公克。吳郭魚肉之蛋白質含量為20.4公克/100公克左右，因此成人一天約攝取200公克的吳郭魚肉，即可獲得一半以上的蛋白質需求量。

此外，人體有8種無法自行合成的必需胺基酸，吳郭魚均含有，因此被視為一種優質的蛋白質來源。另外，吳郭魚肉熱量為113大卡，熱量較其他動物性食品低，因此，若怕從飲食中攝取過高的熱量，吳郭魚是不錯的選擇。

營養成分比較雷達圖



以臺灣青少年女性（13-15歲）每日攝取量標準為100，每100公克吳郭魚中所含重要營養素的比例。

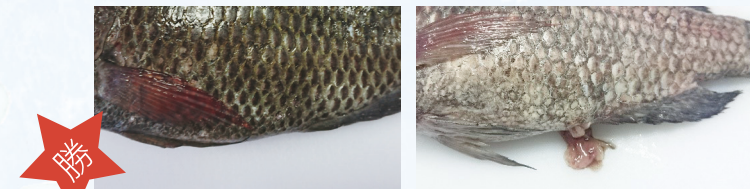
資料來源：衛生福利部國民健康署

挑選方法

- 觀察眼睛是否有混濁，清澈透明鮮度較佳
- 翻開鰓蓋確認顏色，越鮮紅代表越新鮮



- 手指壓魚腹部，無黏液物體從排泄口流出代表越新鮮



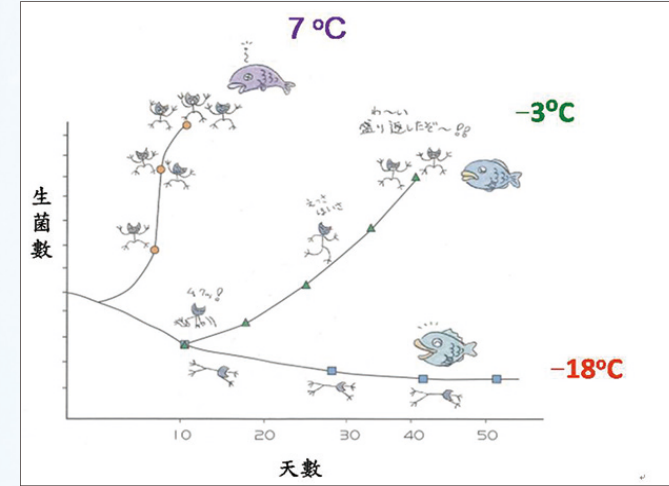
保存方法

- 全魚光滑有亮澤代表新鮮



水產動物一旦死亡後，存在細胞中的酵素即開始作用，且因體表微生物附著與繁殖，鮮度逐漸下降，因此建議購買生鮮吳郭魚後應立即去除魚鰓及內臟，並迅速進行低溫冷藏或冷凍。

吳郭魚鮮度下降最主要原因為微生物繁殖，如果溫度越低，則越可有效抑制微生物的滋生（如圖）。放置於0-8℃環境中，酵素及微生物依然有作用，要低至-30℃的溫度以下才能使酵素及微生物無法破壞漁獲品質。在0-8℃的溫度下約可貯藏3-5天，如放置冷凍-18℃，則可貯藏約4-6個月。



不同溫度下水產品貯藏天數與生菌數之關係

參考資料：魚的鮮度/渡邊悦生/成山堂書店

生產過程

魚苗繁殖

1. 種魚放養

水溫20℃以上時即可撈捕種魚，選取肥滿度高、體型大、體色鮮豔、品種純度高之雌雄種魚，每公頃最適放養量為12,000-20,000尾左右，按3：1雌雄比率放養。捕撈種魚時，水溫不可低於20℃以下，否則種魚因捕撈、運搬所受之外傷易感染水生菌而導致死亡。

2. 仔魚培育

仔魚養成池不宜太大，通常以0.1-0.5公頃為宜，養成池水深以40-60公分為宜，但池岸邊則需保持20公分以上之水位，防止水鳥捕食仔魚。養殖池水色應保持淺綠色，倘若水色呈黃褐色或紅褐色則表示動物浮游生物太多，容易因缺氧而泛池。

成魚養殖

1. 止水式半集約養殖

利用大型儲貯水池或農田灌溉用池埤養殖，需視池魚成長情形酌予投餵人工補助飼料，此種養殖方式在仔魚養成期間，因魚體小所占魚池面積不大，且攝餌後之排泄量少，池底有機質沉積亦少，水質尚能保持穩定狀態。養殖2-3個月以後，池魚因長大，排泄量增加，如再有殘餌淤積則池底有機質極易腐敗，消耗水中溶氧且產生硫化氫、一氧化碳、氨等有害物質，結果使得池魚索餌率降低，易發生並害，甚而引起泛池。

2. 集約式養殖

集約式養殖就是在小面積內放養多數魚類並投予人工飼料，在短時間內收成出售。由於無法利用有機肥培育浮游生物來養魚，所以必須完全利用人工飼料來飼育池魚成長。在池魚多、排泄多的情況下，池底的殘積物與池水之懸浮物質亦相對提高，所以在魚池興建時，必須將池底建成漏斗型而在池底排水，另注水口必須與池壁成15度角，分成四面注水使池水成旋轉狀態，不但可使池魚有逆流機會藉而促進消化，增加食慾外，更可使殘積物集中於池底排水口由溢水管自動溢出池外。

3. 箱網養殖

養成時必須完全依靠人工飼料投予，始能促進魚類之成長。因箱網四周及底部全用尼龍網編製，為防止飼料散失，其投予方式，必須以少量多次為原則，每日最少須投飼3-4次以上；又養殖1個月以後，箱網會長青苔阻緩水流暢通，此時必須加以清洗或換網，或是放養專吃青苔之魚類（鞭尾鼠）。

小知識

吳郭魚是一種統稱並非指單一品種，世界上吳郭魚種類接近百種，在臺灣養殖種類也非單一品種，因此在魚市場上看到的吳郭魚，可能為不同種類，其中較常見的為「莫三比克吳郭魚」或雜交種。

料理食譜

清蒸檸檬魚

材料：吳郭魚1尾、薑5片、蒜6瓣、辣椒2支、香菜1把、魚露2大匙、檸檬半個



1 魚入蒸盤上，放上薑、蒜、辣椒、淋上魚露，放入沸水蒸鍋中，大火蒸10分鐘。



2 放入香菜、檸檬汁，蓋上鍋蓋並熄火，1分鐘後，取出移盤上桌。

消費Q&A

Q1.吳郭魚吃起來為什麼有土味？

A1.養殖魚類土味來源為水中藍綠藻及放射菌所產生的泥土味或分解物質造成的，被魚吸收後會造成魚有土味的狀況。若想要避免土味，可以選購海水吳郭魚或購買活的吳郭魚，於乾淨水池中放養數日，可以降低土味。

國產農漁畜產品教材-2024.9出版

編撰單位：農業部水產試驗所

撰稿者：郭柏昇 / 插畫與版面設計：染濱插畫

農業部
MINISTRY OF AGRICULTURE

廣告