

金目鱸魚



類別：水產品
學名：*Lates calcarifer*
英名：Barramundi perch
別名：盲槽、扁紅目鱸、尖吻鱸
分類：尖吻鱸屬（*Lates*）



A 鱸魚
B 農業部水產試驗所研發之即食沖泡鱸魚片

主要特徵

臺灣鱸魚的養殖種類包括金目鱸、七星鱸、條紋鱸（線鱸）及銀鱸，其中又以金目鱸的產量為最大宗，七星鱸次之，其餘種類的產量相對較少。金目鱸及七星鱸最大的差異在於體色與尾鰭；七星鱸體側與背部為銀灰色，腹部呈銀白色，但金目鱸體背與各鰭皆為褐色，腹部為淡褐色，七星鱸尾鰭後緣分叉，金目鱸則呈圓形不分叉。

資料來源：國立臺灣海洋大學水產養殖學系研究所碩士學位論文 楊博雅（2014）

重要品種（或分群）



金目鱸（尖吻鱸）*Lates calcarifer*
俗名：盲槽、扁紅目鱸

形態特徵為體長而側扁，頭尖，最大體長可達200公分；體背側及各鰭皆為褐色，腹部為淡褐色，分布在熱帶及亞熱帶海域，為東南亞重要養殖魚種，棲息在沿岸礁石與泥沙交會處，經常活動於半淡鹹水域，也會溯入淡水河川，屬於廣鹽性、不耐低溫（15-28℃）的魚，養殖區以南部地區為主。



七星鱸（日本花鱸）*Lateolabrax japonicus*
俗名：日本真鱸
英文俗名：Japanese seabass

體長橢圓形而側扁，體側銀灰色，兩側及腹部呈銀白色，背鰭與臀鰭為黃褐色，尾鰭淡色至灰黑色。分布在黃海及東海與日本沿海，主要棲息在淡海水交會區，常上溯至淡水域覓食，每年春夏之際幼魚上溯，而冬季降游回大海。屬於較能耐低溫之溫水性魚類，養殖區域以嘉義縣、雲林縣為主。

資料來源：國立臺灣海洋大學水產養殖學系研究所碩士學位論文 楊博雅（2014）

品種來源

原產地與臺灣發展演變

臺灣鱸魚養殖開始於1956年，過去鱸魚養殖之魚苗皆由天然捕撈取得，再經養殖後出售。近年來，由於臺灣養殖技術進步，鱸魚已可完全養殖，產地集中於雲林縣、嘉義縣、臺南市、高雄市與屏東縣。金目鱸及七星鱸為本地品種，但因為臺灣的金目鱸繁殖季節較晚，仔魚在年底或年初時，由東南亞國家進口；銀鱸則由澳洲進口。這些種類中金目鱸及七星鱸為在海中產卵，幼魚再溯河至淡水域成長，故養殖在淡水或低鹽度的環境生長較好。

臺灣鱸魚養殖種類中，以七星鱸（*Lateolabrax japonicus*）與金目鱸（*Lates calcarifer*）最具歷史性，而雜交條紋鱸（*Morone saxatilis*）則為民國80年以後之新興養殖魚種。

資料來源：國立臺灣海洋大學水產養殖學系研究所碩士學位論文 陳乃瑜（2005）

生產概況

臺灣鱸魚養殖事業是以嘉義縣的七星鱸養殖發展最早，其養殖面積也一直居於首位。另外，由於生長特性、環境需求與養殖技術，七星鱸與條紋鱸的養殖面積主要分布於嘉義以北的地區，其中又以雲林縣麥寮鄉為主要產區，金目鱸則以嘉義以南氣溫較高的地區為主。

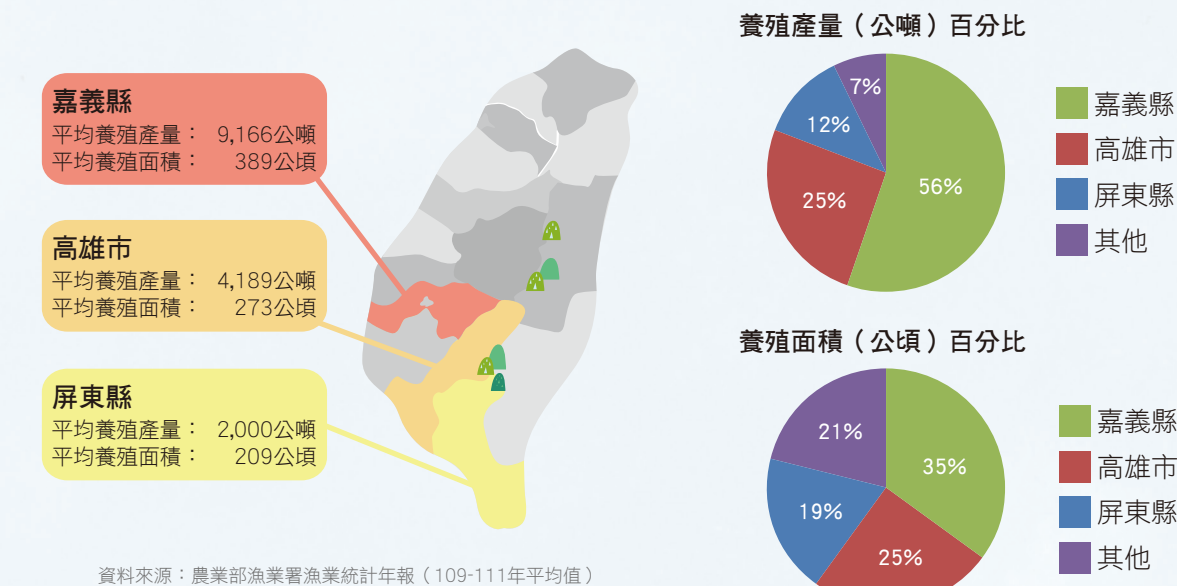
根據民國109-111年之農業部漁業署漁業統計年報資料顯示，鱸魚單養養殖面積自民國109-111年期間互有消長，但平均約維持在860-1,000公頃之間。鱸魚混養養殖面積，民國109年為180公頃，111年則降為136公頃，近幾年約僅占總養殖面積的1至1.5成左右。近年來由於魚價親民，當今的金目鱸及七星鱸已由餐廳、宴客桌上之珍貴佳餚轉變為一般家庭也可自行烹調享用的魚種。

主要產期

臺灣鱸魚養殖全年皆有生產，由於養殖環境與養殖的種類不同，因此各有其生產之淡旺季。金目鱸魚養殖之放養季節以4-5月為主，平均養殖期間約為10至11個月；七星鱸魚養殖之放養季節以2-4月為主，平均養殖期間約為14至15個月。鱸魚養殖受季節的影響並不顯著，一般而言，由於3-5月為鱸魚放養季節，因此產量較低，而8月份以後普遍為鱸魚的收穫時期，所以產量平均較高。

產地、面積、產量圖

依據農業部漁業署漁業統計年報（民國109-111年）顯示，臺灣金目鱸養殖區主要集中在南部，以嘉義縣近三年的平均養殖量最多，占整體產量的56%，其次為高雄市的25%，排名第三為屏東縣，產量平均占有12%。



在地狀況

近幾年鱸魚價格親民，新興食用魚種類激增，且外銷市場又無法充分拓展，鱸魚養殖處於低迷狀態。繁殖育苗戶及養殖戶間之魚貨銷售與成魚價格息息相關，因成魚價格低迷，使得繁殖場之受精卵售價大幅下降，育苗業者所育成之魚苗因養殖業者接手意願低，使得魚苗價格亦下降，造成鱸魚繁養殖業者叫苦連天，尤其又因飼料成本上漲，更是雪上加霜，甚至發生出售之魚價不及成本之虧損狀況。農業部為因應世界潮流，落實HACCP安全管理制度，積極推展「產銷履歷」，已制定與世界先進國家標準同步的「臺灣農業良好規範（TGAP）」，並輔導農漁產銷班、合作社及養殖戶進行生產履歷各項示範與操作，期以提升漁產品品質，擴展產品的外銷市場，協助繁養殖戶再度振興本產業。

資料來源：水產試驗所特刊13

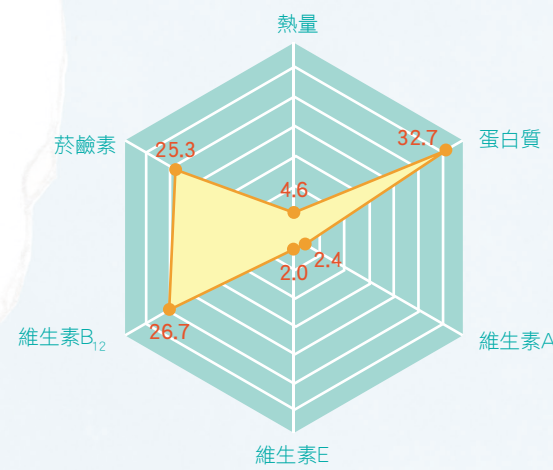
營養成分

鱸魚為臺灣及東南亞地區重要之養殖魚類，因其成長快、肉質細膩，所以普遍受養殖戶及消費者喜愛。鱸魚含有豐富的蛋白質，一直以來被認為具有滋補養生的效果，因此有「開刀魚」的稱號，每當有親友開完外科手術時，通常會燉煮一鍋鮮美的鱸魚湯，期望讓術後的患者能快速癒合傷口。此外，坊間也盛傳鱸魚湯能促進產婦乳汁分泌，以鱸魚營養組成的科學角度來看，鱸魚除了富含蛋白質，還有豐富的維生素、礦物質及菸鹼酸，這些成分有助於補充孕婦哺乳期間所需的營養。

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：郭科良 / 插畫與版面設計：染渲插畫

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公克金目鱸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

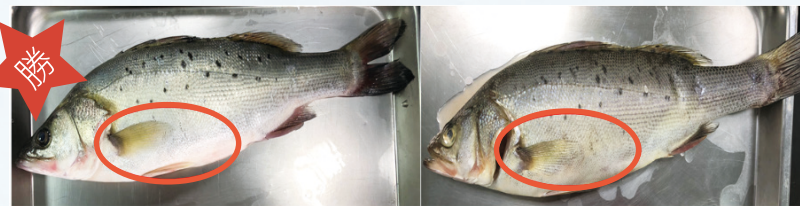
1. 觀察眼睛是否有混濁，清澈透明鮮度較佳



2. 翻開鰓蓋確認顏色，越鮮紅代表越新鮮



3. 手指壓魚腹部，越鮮彈則代表越新鮮



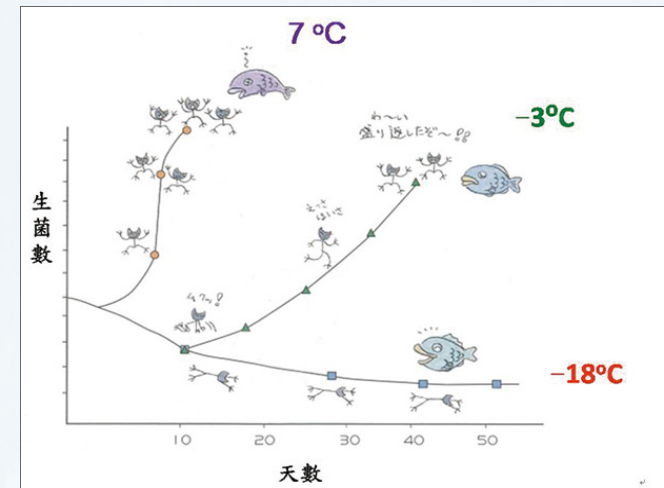
4. 摸魚外表，壓排泄孔，確認有無黏液流出，有流出則較不新鮮



保存方法

水產動物一旦死亡後，存在體內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，因此建議購買生鮮鱸魚後應立即去除魚鰓及內臟，並迅速進行低溫冷藏或冷凍。

鱸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魚獲品質。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

鱸魚種苗繁殖過程可分作三階段，分別為受精與孵化、魚花培育和吋苗培育，之後成魚養殖業者自吋苗商購入二吋魚苗進行養成並飼養至上市規格。

金目鱸的養殖過程

1. 金目鱸屬雌雄同體，為雄性先熟型的性轉變魚類，3歲以前為雌雄同體。魚體重達3公斤以上時（約3歲以後），雄性精巢開始成熟，魚體重達7公斤（魚齡約6至8歲），開始轉變為雌性。
2. 在池中養殖之金目鱸，由於食物充足，成長迅速，故成熟年齡可提早。金目鱸雄魚在3-4年即可作為種魚，母魚則必須要在4年以上才可自然產卵。
3. 臺灣的金目鱸繁殖季節為每年5月底至6月底，由於可在池中自然產卵，故已不採用人工催熟與擠卵方式進行繁殖。金目鱸在孵化十多天過後即可逐漸降低鹽度，2週齡後成長的差異就逐漸變大，如果發現有殘食現象就應開始進行分養，以提高魚苗的存活率。
4. 成魚養殖的風險較低，水溫越高，池魚的成長速度越快，一般的收成率約7至8成。金目鱸在低鹽分的環境下成長較為迅速，且因純淡水養殖，成魚肉質含水分較高，增重較快，往往會有臭土味及肉質鬆軟的現象，不過現在養殖均以人工飼料投餵為主，已較無臭土味之困擾。

七星鱸的養殖過程

1. 七星鱸的產卵季節約在12月下旬至翌年2月上旬，因此每年2至3月間可在沿海捕得天然魚苗，經淡化後在淡水池中養成，並以粒狀飼料養成至12月，此時雄魚已成熟，擠壓腹部有精液排出，但雌魚則需到4歲時卵細胞才趨成熟。
2. 人工繁殖時，以成熟之3至4歲魚為對象，挑選擠壓腹部有精液泄出之雄魚，雌魚則選擇腹部飽滿柔軟，卵徑超過0.6公釐以上，已發育至卵黃期者為種魚。
3. 受精卵在水溫14-16℃經4-5天可孵化，孵化所需時間隨水溫之升高而減少。剛孵化之魚苗體長約4.2-4.6公釐，缺乏游泳能力，仰賴卵黃與油球提供初期生長所需營養；通常於孵化後第20天起，開始逐漸淡化至淡水中，若為沿岸捕得之天然魚苗不能直接移入淡水，應先
4. 慢慢改變鹽度，約5-7天完成淡化，使之適應淡水生活。

資料來源：國立臺灣海洋大學水產養殖學系研究所碩士學位論文 陳乃瑜（2005）

小知識

七星鱸魚營養價值高，烹調方便亦可加入中藥材進行食補，料理方式豐富多樣，不但可滿足味蕾的享受，亦可以達到養生的目的，非常適合大眾食用。另有相關研究顯示，以七星鱸魚之水煮物所製成的敷料，在處理糖尿病大鼠的傷口後，傷口組織中具有修復組織之活性因子，皆顯著提升。由此可知鱸魚確實有助於傷口的癒合，未來或可以其為素材，研發具相關功效的產品。

資料來源：第81期 水產電子報（高淑雲）

料理食譜

檸檬金目鱸魚

材料：金目鱸魚1條、蒜頭50公克、辣椒50公克、香菜50公克、檸檬4顆、魚露2大匙、糖2大匙、蔥適量、薑適量



消費Q&A

Q1.如何做才能讓購進的活魚，如金目鱸魚吃起來沒有土味？

A1.一般魚體會臭土味，是因水中的藍綠藻及放射菌產生土臭味素（Geosmin）後，經魚體吸收所造成的異味。通常要去除魚隻的臭土味，需先以處理過的乾淨水（如經活性炭過濾的水），蓄養數天後即可有效降低魚體的臭土味。

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：郭科良 / 插畫與版面設計：梁淳插畫

農業部
MINISTRY OF AGRICULTURE
廣告