



## 【漁期と漁法】

1年を通して漁獲され、12月～4月は水揚げ量が増加し、海水温が下がるため、身が締まります。

縄でつないだ箱を海の底に沈めるタコ箱漁や、疑似餌きじえをつけた針を浮き玉につけて流す玉流しなどのタコ漁業で漁獲されますが、延縄漁業はえなわや定置網漁業によっても混獲されます。

## 【特徴】

水揚げ後すぐに、絶妙の加減でゆであげられた煮ダコは、やわらかく、かつ甘みがあって絶品。また、お刺身、酢の物、おでんやタコしゃぶなど、美味しい食べ方がたくさんあります。

## 酢味噌和え

### 【材料】（4人分）

タコ 400g      長ねぎ 10cm程  
調味料  
酒 大さじ1      みりん 20cc  
砂糖 大さじ1と1/2      酢 20cc  
味噌 100g      からし 大さじ1

### 【作り方】

- ①タコは皮と吸盤を包丁で切り落とし、一口サイズに切る。
- ②長ねぎは2cm程の長さに切り、さらに縦半分にして、沸騰したお湯で20秒程ゆで、水で冷やしてザルにあける。
- ③調味料をよく混ぜ、①、②を和えて出来上がり。



混ぜる調味料の量は、お好みで加減してください。ボイルしたワカメなどを混ぜるとアクセントになります。

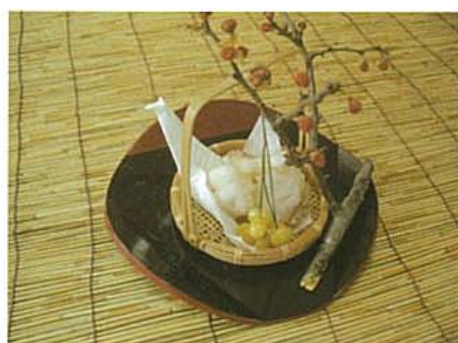
## から揚げ

### 【材料】（2人分）

タコ 200g  
片栗粉 適量（から揚げ粉でも良い）  
酒 少々  
塩、コショウ 少々

### 【作り方】

- ①タコは皮と吸盤を包丁で切り落とし、一口サイズに切る。
- ②塩、コショウを片面にふり、酒をさっとふりかけ、5分程おく。
- ③片栗粉をまぶし、少しおいて粉が湿ったら、170～180℃で1分ほど揚げて、出来上がり。



レモンを絞るとさっぱりいただけます。市販のから揚げ粉を使う場合は、味付けしがあるので、塩、コショウは要りません。