

酒肴・イカの塩辛

今回はイカの塩辛です。これを自分で上手に造って酒を飲むなんて、なかなか素適な話じゃありませんか？思ったより簡単で旨いですよ。酒肴にとどまらずご飯のせて食べてもいいですね。

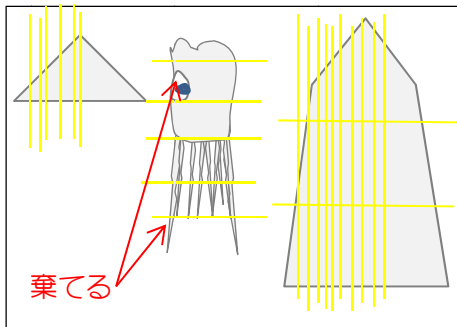
出来合いのものほど味がくどくないので、いっぱい造っても直ぐになくなってしまいます。鮮度のよいイカを一杯(沢山の意味ではないです)か、もしくはよくマーケットで見かける「耳とゲソ」パックでも、安くて美味しいのができます。

余談ですが、イカの数え方の「杯」は、胴体部分を逆さにすると、コップに見えるからですって。



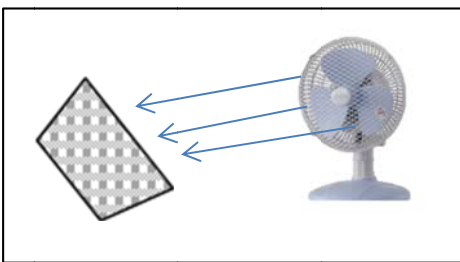
←この様に黒光りして胴体の張りのあるイカは、迷わず即、買いです。

- ① 胴に指を入れゲソの付け根をはがしワタごとゲソを抜く
- ② 耳と胴の間に指を入れ、胴を左手、耳を右手でつかみ足側に引いて皮をはぐ
- ③ ②で残った皮を上部に指を入れ左手で身をつかんで皮をはぎとる
- ④ 胴の内側の軟骨を外して抜き、その軟骨のあった所に包丁を入れて開き洗う



<イカの切り方>

- ① 胴は縦切りが基本。ウマ味がより出やすくなります。食感重視なら逆
- ② 切る長さは約4cm、幅は5mm程度を目安に品よく切ります
- ③ ワタは包丁で切って別皿に取り、塩をして冷蔵庫へ
- ④ ゲソの長い脚部分と目玉は切って捨てる。付け根廻りは適当に切る
- ⑤ 切り終わったらザルにとり、塩もみしたのち洗い流し水気を切る



<塩辛の造り方>

- ① 塩辛にする大きさに切ったイカを、粗塩でザッと洗いを切る。ザルごと扇風機で風に当てる(20分程度)。陰干しで30~40分程度でもいい
- ② この間に、イカワタの墨を除き、さらしでワタを絞り出す
- ③ ①+②+塩+日本酒大匙2杯程度 を箸で混ぜ合わせる
- ④ もう一度塩加減を確認して完成

耳とゲソ部分も皮を剥ける(面倒くさくない)範囲で剥いておくと、よりおいしいです。全部切り終わったところで十分な塩でヌメリをとると、イカ刺し状のイカに塩分がしみ込みます。その後洗い流して、扇風機で陰干ししてイカの水分をある程度飛ばすところが、塩辛造りの肝心なところですよ。

さきにも書きましたが、本当は「耳とゲソ」パックが売っていれば最高です。イカワタも付いているので、色のよいワタを選んで造れますし、何よりも耳とゲソだけですから食感が最高です。

そしてお約束です。イカの水分を飛ばしている間に、使ったものは洗って、拭いて、片付けます。