

いいだこ

この連休に漁港にある直売所をのぞいたら、連休で船を出していないらしく、いくらも物がな
い中に「イイダコ（飯蛸）」が墨にまみれて並んでいました。5月ともなれば卵もあまりなくて
寂しいのですが、ナニ、卵よりも身のほうを食べたいものだからそんなことお構いなしなんです。
で、もっと言えば、とにかく魚の類をいじりたいというのが本音でしょうか？
せっかくの休日、何もしないで寝て過ごすのもいいんですけど、なにか休日らしい特別なことを
したくなるんですね。それが魚いじりなんです！

いじくり回す手順としては、

- ①頭をひっくり返して、墨袋を引きちぎる。卵はそのまま残す
- ②粗塩で軽く揉んで、洗い流す
- ③お湯を沸かして、頭を持ち脚を熱湯にチョンチョンして脚を丸める（楽しいです）
- ④醤油、砂糖、塩、みりん、酒等で味付けして煮る。ショウガ少々

写真では煮汁がやけに多いのですが、これは長く煮るためです。普通はさっと茹でるのですが、
味を沁み込ませたいので時間をかけて煮上げるために、薄味にして汁多め、中火でコトコトして
火を通しすぎると固くなる飯蛸を、逆に時間をかけてにて柔らかくするためでした。

飯蛸のみな足あげて茹上る 井上緑水

