

ケンサキイカ

地方名称 アカイカ（豊浜、一色）
ナガツル（三谷）

旬 春



生産の状況

○愛知県の漁獲量

漁獲統計なし

○主な生産地

南知多町豊浜・日間賀島、一色町一色、吉良町吉良、
幡豆町幡豆・東幡豆、蒲郡市西浦

○漁法 小型底びき網

○漁期 冬～夏



〔主な漁場〕

料理して食べよう！

甘くて柔らか

◆ケンサキイカの刺身

材料（4人分）：ケンサキイカ2杯、焼きノリ1/2枚、ワサビ適量

- ①ケンサキイカは、足と内臓、軟骨を抜いて洗い、皮をむく。
- ②①の胴を開いて薄皮を取る。
- ③②の表側に縦に数本の包丁目を入れ、裏側に焼きノリを貼り縦にかたく巻き、小口切りにする。
（うず潮ようになる。）
- ④②を薄く削ぎ切りにする。
- ⑤器に③と④の2種類のさしみを盛り、ワサビを添える。

ケンサキイカはゆでても硬くならない

◆イカめし

材料（4人分）：ケンサキイカ4杯、餅米1カップ、うるち米1カップ、しょうゆ1/2カップ、
酒大さじ3、砂糖大さじ3

- ①ケンサキイカは内臓と軟骨を取ってよく洗う。
- ②混ぜ合わせた餅米とうるち米をとぎ、ザルに上げておく。
- ③①に②を1/3程度になるように詰めて、口を楊枝でとめる。
- ④水3.5カップ、しょうゆ、酒、砂糖を煮立て、③を並べて、弱火で40分程煮る。
- ⑤食べやすい大きさに切り、器に盛る。

* フライや天ぷらで。

ゆでたケンサキイカの胴に五目ちらし寿司を詰めて、即席イカめし。