

スルメイカのさばきがた

L-4



①胴の下側から手をさし入れ、ワタのつけ根を指ではずす。エンペラを持ち、もう一方の手で足の付け根を持って静かにワタをぬく。



②胴の中に残っている軟骨を取り除き、流水で胴の中をよく洗い水気を拭く。エンペラと胴の間に指を差し込みエンペラをはがす。



④ワタについている墨袋を足の方から静かに引き離す。ワタ袋と足のつけ根を切り離す。
☆目のすぐ上の軟骨の部分で切り離すとワタ袋が破れずに切れる。

⑤足に縦の切込みをいれ、目とくちばしを取る。
☆目は破れると汚れるので、水を張ったボウルの中で取るとよい。



⑥足の吸盤を包丁でそぎ落とす。



③エンペラを引っ張りながら皮をむく。皮がむけた部分から残った皮をむいていく。☆塩、ペーパータオル、ぬれぶきんを使うとすべらない。薄皮もていねいにむくと食べやすい。

ちょっとお料理メモ [沖漬け]



釣り人の特権…沖漬け！釣ったイカは水を吐かせ、元気なうちにタシのなかに入れます。たれの作り方は、しょう油2：焼酎1.5：みりん1 先に焼酎とみりんを沸かしアルコールを飛ばしてその後しょう油を入れてもう一回沸かして冷ませば完成です。
焼酎でなく日本酒でもOK
ワサビをつけて食べてもイケますよ。



◀ ゲンクライ



◀ イカと大根の煮物



◀ イカ納豆

Fishing イイト 本店
近畿自動車道
長原入口すぐでスグ
06-6799-0080

Fishing イイト 田
中環・近畿道・
摂津北インター沿い
072-636-0008

Fishing イイト 田
中環・近畿道・
大東鶴見インター入口横
06-6912-0008

Fishing イイト 京都伏見
JR京都駅より
新堀川通り下ル 鶴川手前
075-672-0080

Fishing イイト 大阪南
国道26号線・
葛の葉町北交差点
0725-44-0008

イイト 玉津
第二神明玉津インター
出口 明石方面
078-922-0008

Fishing イイトバン 池田
中国道 池田IC 北
171号線沿い
072-752-0018

Fishing Eight Annex
中環・近畿道・
摂津北インター沿い
072-636-0820

Umeda
大阪駅前 第2ビル
1F
06-6346-1000



まずはホームページへアクセス!



イイトバンイイト 検索
www.taikobo.net

お得で便利な公式アプリ
ポイントカード搭載 お持ちのカードを登録
※店舗にてポイントカード登録が必要です



アプリのダウンロード方法
OFFICIAL APP 1. QRコードから



2. 各アプリケーションストアから
イイトバンイイト 検索