

41. スルメイカ

食べ方多彩な、庶民派の海の幸

日本は世界一イカの消費量が多く、特にスルメイカは古くから食され、現代でも日本人にとってなじみのある魚介。

石川県はイカ類の漁業生産高が3割を占め、そのうちの8割がスルメイカ。しかも金沢市のイカの購入費は全国第3位。スルメイカは豊富に入荷し、かつ市民によく食されている食材だ。

イカの漁期は6月から12月。金沢にはイカ漁の日本三大漁港の一つといわれる小木港(石川県能登町)をはじめ、県内の漁港から鮮度抜群のものが入荷する。背に虹色を帯びた黒褐色の斑点が密集し、透明感とハリがある。

スルメイカの料理は刺身や焼きいか、天ぷら、酢の物、大根・里芋との煮物とさまざま。なかでも刺身は、スルメイカ特有の弾力のある歯ごたえを味わえ、刺身をワタで和えて発酵させた塩辛はまたとない酒肴だ。また、金沢には、イカの鉄砲焼きという惣菜がある。炒めたニンジン、ゴボウ、シイタケとイカゲソを卵の花に混ぜ合わせて味付けし、筒抜きにしたスルメイカに詰める。直火またはオーブンで焼き、たれ醤油を付けて照りを出すという料理で、県下にはこの鉄砲焼きに類するものがいくつかあり、イカゲソ入りの甘味噌を詰めた鉄砲焼きや、米を詰めたいか飯などが見受けられる。



生のスルメイカ



スルメイカの塩辛

メモ 新鮮なスルメイカは、黒褐色の斑点があり、体に透明感と丸みがあって身が締まっている。鮮度が落ちると白濁し、黒ずんでしまう。近江町市場には新鮮なスルメイカが入荷する。特においしい時期は6~8月。

問い合わせ先 石川県漁業協同組合 TEL076-234-8815

<http://www.jf-net.ne.jp/ikgyoren/>

4,075 円、総務省統計局調べ「家計調査(二人以上の世帯) 都道府県庁所在市及び政令指定都市別ランキング(平成20~22年平均)」<http://www.stat.go.jp/data/kakei/5.htm>