



【収穫時期】

周年

倉敷市農林水産課 検索



【品名】

マダコ（真蛸）

【科】

マダコ科

【概要】

腕を含めた体長は約60cmで、腕は胴体（いわゆる「頭」）の約3倍の長さ。足はなく、8本すべてが腕です。大阪にある弥生時代の遺跡から、蛸壺用と思われる土器が大量に発掘されており、古くから食用にされていたといわれています。特に瀬戸大橋周辺のタコは瀬戸内海の激しい潮流にもまれ、タコつぼや岩にしがみついていることから、腕が太く身が引き締まっているのが特徴です。

【食べ方】

オスよりもメスのほうがおいしいといわれます。タコを選ぶ時は、腕が短く、太いもの（一般的には2～3kgで、なるべく太いもの、押すと弾力があるほどの硬さのもの）を選ぶのがおすすめ。刺身、煮付け、天ぷら、たこ飯、酢の物など、料理用途として広く使われます。

簡単レシピ

◎ タコ飯

(材料 4人分)

ゆでダコ…150g
米……………3カップ
もち米……1/3カップ
酒……………小さじ1

濃口しょうゆ…大さじ2
薄口しょうゆ…大さじ2
砂糖……………小さじ2
旨味調味料……少々

(作り方)

- ① 米ともち米は炊く1時間前に洗い、ざるにあげておく。
- ② ゆでダコを一口サイズに切る。
- ③ 炊飯器に洗った米とタコ、調味料を加えて水加減をあわせて炊く。



タコは、胴（頭）をひっくり返してワタを取り除き、塩でもんで、ぬめりを取ってゆでます



☆旬の食べ物やイベント情報をメルマガで配信しています♪登録はこちらから

