

本日はご乗船ありがとうございました。

東京湾のマダコ釣りを存分に楽しんで頂けたかと存じます。さて、次は いよいよマダコを美味しく食べる番です！ 下ごしらえの仕方をご参照に、美味しく食べましょう！！

マダコの料理・レシピ

東京湾富津のマダコは、究極の味わいです！

生刺身、お刺身、タコしゃぶ、タコめしとどんな食べ方をしても絶品です。他のタコは食べられません！

釣ったマダコを美味しく、食べるためには、下ごしらえが必要です。ここでは、「マダコの下ごしらえとお刺身用の茹で方」を中心に説明します。マダコは、下ごしらえを丁寧にしっかり行えば、調理は簡単です！ では、下ごしらえにチャレンジしてください！ マダコは、下ごしらえを行ってから、お好みの調理方法で料理してください！

■マダコの下ごしらえ



1. マダコの内臓取り

- ・下ごしらえは、①内臓を取る ②ヌメリを取る を順に行います！
- ・頭(本当は胴体)の後側の切れ目から指を入れ頭の皮をひっくり返します。



- ・中にある内臓を全部取り出します。
- ・手で取れない場合は、包丁やハサミを使い切りとってください。
- ・内臓を取ったら頭の部分を簡単に水洗いし、頭の皮を元に戻します。



2. マダコのヌメリ取り

- ・タツプリの塩を使いマダコをよく揉みヌメリを取ります。

●ポイント

- ・冷凍するとヌメリが簡単にとれやすくなります！ また大きなタコは冷凍することで茹で上りが柔らかくなります.. オススメです。
- ・塩でなく重曹でヌメリをとることもできます。



- ・足も一本一本、吸盤も丁寧によく揉みヌメリを取る。
- ・泡が出てくるので、よく揉んだ後、水でよく濯ぎヌメリを取る。
- ・マダコを2回～3回、塩揉みして水洗いを繰り返す。
ヌメリをよく取らないと美味しくないなので、マダコを丁寧に洗ってください。
- ・マダコについている塩をよく水で洗い流す、濯ぎが不足すると料理が塩辛くなります。(十分に濯いでください！)

これで、マダコの下ごしらえは、終わりです。

後は、お好みでマダコを料理してください！



■マダコを茹でる

- ・マダコ料理の一番簡単な調理法で、時間もかかりません。
茹ですぎるとマダコが固くなるので注意してください。
- ・マダコが余裕で入る大き目の鍋とたっぷりなお湯で茹でます。
- ・お湯が沸騰したら頭を持ち、足からゆっくりと入れて茹でていきます。
- ・一度にマダコ全体をお湯の中に入れてしまうのではなく、足からゆっくりとマダコを上下させながら、足が丸まっていくのを確認しながらお湯に入る。

●ポイント

- ・お茶の葉や酢を入れ茹でるときれいに赤く発色するとされています。



- ・マダコ全体をお湯の中に入れ、茹でてください。
- ・茹で過ぎると固くなりますので、注意してください。

●ポイント

- ・茹でる目安は、マダコの大きさ 1kg=1分といわれています。
生ポツイ方が好きな方は、茹でる時間を短く調整してみてください。
- ・私は、マダコの足の中心が少し生ポツイのが好きです。
皆さんも試して味わってみてくださいね。



- ・お湯から取り出し、皿などに乗せ冷ましてください。
冷める前にさわるとマダコの皮膚がムラになる場合があります。
- ・後は、お刺身にしてわさび醤油やポン酢で食べてください
美味しいです！！

●ポイント

- ・茹で上がったマダコをお湯から取り出し、氷水に入れることで赤く発色良く茹で上がります。ひと手間かける事もお勧めです！

■マダコの保存方法

下処理せずに、ジップロックやビニール袋に入れて冷凍庫で保存してください。冷凍焼けを防ぐために、ジップロックやビニール袋の封をする際は、なるべく空気が入らないようにしましょう。

■マダコの美味しい食べ方

マダコの唐揚げ、天ぷら、しゃぶしゃぶ、タコ飯、バターで炒める、たこ焼き、足一本を割り箸に刺し網の上で醤油をつけながら直火焼き！おでんの具など調理方法は多彩です。どれも美味しいですよ！ また、自分流のオリジナル マダコ料理にも挑戦してみてください！ 自慢のマダコ料理ありましたらレシピ教えてください！！