I ラブ 大村産

# 地産地消のススメ

## メイドイン大村の安心・安全な水産物
## ～「イカ」編～

大村の海産物といえばナマコが有名ですが、イカ漁も盛んに行われていることをご存じですか？

●農林水産振興課（内線251）

### ＼ 大村湾で獲れるイカ ／

大村湾で獲れるイカは、カミナリイカ（モンゴウイカ）やアオリイカ（ミズイカ）などで、イカには4月末ごろから産卵のために大村湾へ入ってくる春イカと、ふ化が始まる9月ごろから獲れる秋イカがあります。春イカはサイズが大きく肉厚で甘みが強く、秋イカは小ぶりですが味がいいと評判です。春イカと秋イカでは漁法も異なり、春イカは刺し網漁が、秋イカは底引き網漁が使われます。

イカは、冷凍しても鮮度が長持ちするので扱いやすく、刺身はもちろん天ぷらやイカフライなどさまざまな調理法でいただけます。ぜひ皆さんも、大村産のイカを食べてみてくださいね。

### イカシバによる里海づくり

イカシバとは、伐採したマキなどの木に、重石をつけ海底に沈めた人工の産卵床のことです。市では、イカ資源を増やすために、平成30年度からイカシバを設置し、里海づくりを行っています。

## 大村湾の 給食

学校給食で提供している、大村湾で獲れた水産物を使ったメニューを紹介します。

### ［イカのかりん揚げ］

**材料（3人分）**

イカ　100g
Ⓐ 砂糖　小さじ1
Ⓐ 醤油　小さじ2
Ⓐ 料理酒　小さじ1
片栗粉　適量
揚げ油　適量

**つくりかた**

1 イカに格子状の切れ目を入れ、一口大に切る。
2 Ⓐを合わせ、イカを漬け込み、下味をつける。
3 下味をつけたイカに片栗粉をまぶし、180℃の油で約3～4分、カラッとするまで揚げる。