

# スルメイカを食べる

2022年8月

## 1 はじめに

2022年7月24日午前便でスルメイカを釣りに行きました。船上干しをやりたかったのですが、知識不足、準備不足でできませんでした。

## 2 料理方法

7月24日午前便でスルメイカを釣る。

帰宅後、刺身、味噌肝焼きをするものは下処理をして冷蔵に、その他は、ビニール袋に入れて冷凍しました。

7月24日夕食 刺身、味噌肝焼きにして食べました。美味しかったです。

味噌肝焼きは翌日になると臭いがするので、食べきれぬ量としました。

残念ながら、写真を撮ることを忘れてました。

8月6日 冷凍してあったスルメイカを自然解凍して刺身にして食べました。写真にある器に入った茶色のものは肝です。肝やショウガ、ミョウガ、かいわれ大根に合わせていただきました。美味しかったのですが、アニサキス症にならないか少しドキドキしました。

8月6日 冷凍スルメイカの刺身



8月10日 スルメイカでイカ飯を作りました。美味しかったです。



8月10日  
スルメイカの  
イカ飯

8月15日 イカの揚げ物はどうしてもはねるので、カララで唐揚げを作りました。カララでの唐揚げと油で揚げた唐揚げとは少し味や食感が変わります。しかし、それを理解していれば、美味しくいただけます。“カララによる唐揚げ”という料理は、油で揚げた空揚げとは違う料理であるということです。

8月15日

カラーラによる唐揚げ



### 3 アニサキスについて

アニサキス症とは、アニサキスという寄生虫の幼虫がいる魚介類を食べたときに、幼虫が消化管の壁に食いつくことによって急な腹痛などを起こす感染症です。アニサキス症の予防としては、加熱(60度で1分以上)や冷凍処理(マイナス20度で24時間以上)にすることです。(メディカルノートHPより)

アニサキス幼虫は寄生している魚介類が死亡し、時間が経過すると内臓から筋肉に移動することが知られている。(厚生労働省HPより)

対策について考える

- 一般家庭用の冷凍庫はマイナス18度までしか下がりませんから、家庭では冷凍による予防はできないこととなります。
- アニサキス幼虫は長さ2～3cm、幅0.5～1mmであることから、刺身で食べるときは、下処理や食べる大きさに切り分けるときによく見るということです。1尾でも発見したら、そのイカは生で食べないことだと思います。
- アニサキス幼虫は魚介類が死亡し、時間が経過すると内臓から筋肉に移動するということなので、刺身で食べるときは釣ったらできるだけ早く食べることです。スルメイカの場合、船上干しをするときの要領で、船の上で生きているうちに下処理をすれば、いいこととなります。
- 肝を生で食べたり、塩辛を作ったりする時は、長さ2～3cmの白くて少し太い糸状のものがいないかよく見るということでしょうか。

スルメイカの場合、船上干しをするときに肝だけを丁寧に取り分けて持ち帰る。加えて、料理をするときに視認により確認すれば、より確実に防げることができるということでしょうか。

### 4 おわりに

釣った魚を美味しくいただくことも釣りの楽しみです。