

こちゃんとの知識



タコ壺漁の発祥?! 大阪とタコ

大阪湾のタコ漁の始まりは弥生時代とされています。4世紀頃には土製のタコ壺が使われおり、これは当時の世界の最先端技術! 古代大阪人のタコにかける情熱ですね。今でも、タコ焼はもちろん、泉州地域では生後100日目の「お食い初め」行事に飯ダコが使われる風習が残っていたり、半夏生でタコを食べるなど、古くからタコは大阪と切っても切れない仲なのです。

※弥生時代: 紀元前3世紀から紀元後3世紀頃

まず、タコを知ろう。

日本の近海には約60種のタコが生息しています。うち、食用になっているのは、マダコ、飯ダコ、ミズダコ、手長ダコ、ヤナギダコの5種類です。

【マダコ】

一番美味しいといわれるタコで、本州中部以南の海に生息しています。明石のタコで有名です。

【飯ダコ】

胴の部分に米粒のような卵を持つ小さなタコです。大阪湾にもたくさん生息しています。

【ミスダコ】

主に北海道でよく獲れる、腕を広げると3mにもなる巨大なタコです。

【手長ダコ】

腕が細長いのが特長の小さなタコです。

【ヤナギダコ】

北海道白糠町が産地として有名なタコです。



も暑い夏を過ごす大阪の知恵なんです。さあ、タコを食べて節電の夏を乗り切りましょう!

タコ焼も、はずせない

タコと大阪、といえばタコ焼きです。タコ焼きの誕生は1930年代半ば、一軒のお店の主人が考えたと言われています。当時食べられていたラヂオ焼きの中に入っているコンニャクを、明石焼きをヒントにタコに変えて焼いたところ、大人気に。その後、祭の屋台とともに全国に広がっていったようです。



美味しいタコの見分け方

一般的に、オスよりメスの方が美味しいとされています。見分け方は、吸盤が小粒でそろっているのがメス、大粒だったり不揃いなのがオスといわれています。また、張りがある太い足で、切り口がみずみずしく、生なら茶色が濃い方が新鮮で、吸盤の吸着力のあるものが良いそうです。

世界で獲れるタコの60%強を食べている日本。そのナンバーワンが大阪です。生で、煮て、干して、揚げて、焼いてと何でも来いのタコは、日本の食文化に欠かせない実力派なんです。

意外と実力派なんやね、夏のタコ。

タコと相性のいい食材『タコの友』

タコ+〇〇でパワーアップ!

◎キュウリ

食感の楽しい組み合わせ。タコのタウリンとキュウリのカリウムが血圧の上昇を抑える効果が期待できます。



◎ワカメなど海藻類

タコはコレステロールを抑える成分を含みますが、コレステロールの高い食材でもあります。気になる方は海藻などの食物繊維の多い食材で吸収を抑えることができます。

◎ニンニク



タコのビタミンEとニンニクのような成分によって、玉ネギと同様の

効果と血行を良くして冷えの予防に働くといわれています。さらにバジルとオリーブオイルを加えてバジルペーストにすればバスタに好相性です。

◎トマト

トマトの旨みと酸味がタコを美味しくやわらかくして、タコのビタミンEとマトのリコピンにより抗酸化作用アップが期待できます。



◎玉ネギ

タコのタウリンと玉ネギの香り成分アリシンで、血中コレステロールの上昇を抑える働きや疲労回復効果のアップが期待できます。

