

72. イカの塩辛

庄内地方

材料	
イカ	3 ばい
塩	大さじ 2.5
酒	大さじ 1

用具

- バット（小）
- 密封容器

作り方

イカの腹を取り出す。
わたのすなを破らないように取る。
小さめのバットに塩を入れ、わたを転がす。3日位漬けておく。
イカは千切りにする。
水気を取るため、冷蔵庫に入れ、乾燥させるとよい。
塩漬けのわたの袋を破り、を加え混ぜあわせる。
わたの塩分が多い時は酒を少し入れると美味しい。
5日位で食べられる。

メモ

- 食べ頃と塩加減の目安
作って翌日から食べるものは、3分塩
1週間～10日後食べるものは、1割
15日～20日後食べるものは、1.3割
1ヶ月位おいて食べるものは、1.5割
2ヶ月以上おくものは、3割

（鶴岡市）

和田仁輪江