――いかなごのくぎ煮作り方――

春を告げる魚「いかなごの新子」播磨灘で採れた新鮮な、いかなごのくぎ煮を紹介します。

●イカナゴのくぎ煮作り方で大事なのは、イカナゴの鮮度とイカナゴの大きさが大きく味を左右します。本来イカナゴは水揚げすぐに調理した方がより一層美味しいくぎ煮になるのですが、基本的には水揚げ３～４時間までのイカナゴを用意してください。またイカナゴの大きさは４～５cm 位のものが上手に炊けます。

材料（4 人分）

- イカナゴ 1 kg（水洗いして軽く水切り）
- 濃い口醤油 200cc
- 砂糖（ザラメ）300g
- 酒 50cc
- みりん 120cc
- 土生姜の千切り

多くても少なくても OK です。
また大きめの鍋を用意してください。

作り方

1. 土生姜は皮付きのまま千切りにし、大きめの鍋で調味料と混ぜて煮立てる。
2. いかなごを３回程度に分けて、バラバラと、まくような感じで入れ、落としぶたをして強火で一気に煮立たせ、ふきこぼれない程度の火で約４０分煮る。
   ※ 煮汁が少なくなったら鍋ごとふる。
   ※ 箸でかき混ぜないのが上手に仕上げるコツ。
3. いかなごの間に小さな泡が出るくらい煮汁が減ったら火を弱め落としぶたをとり、煮汁が少しになるまでさらに煮つめる。
4. 煮上がったらサッとざるにあげ、余分な煮汁を切り、うちわなどですばやく冷まして出来上がり。

かき養殖・直売
網元 榊政
〒671-1332 兵庫県たつの市御津町室津1034-33
tel 079-324-0258
fax 079-324-0246（事務所）・079-227-9141（直売所）