

釣果で楽しむ家庭の食卓



好シーズンを迎えた大阪湾内の船のタチウオ。メータークラスまじりで数も上がっている。取材日は大潮で乗合船も盛況とやや釣りづらかったが、一投目からアタリが出た。ところが、タナは上がってきたものの食いは予想したより渋く、アタリがあってもテンヤに掛からないこともあった。それでも105cmを頭にメータークラスが3尾まじって10尾の釣果を上げることができた。

取材／編集部

2008年10月初旬・大阪湾の船釣りでタチウオ

釣果：タチウオ65-105cm10尾

料理：タチウオの竜田揚げ、酢の物、炙り、骨せんべい、吸い物

**竜田揚げ**

材料：タチウオ1尾分ほど、大葉数枚、すだち、醤油、味噌、ショウガ、片栗粉適量

適当な大きさにカットして、飾り包丁を入れる。タッパーに醤油と味醂と同じ割合で溶き、ショウガを加えた出汁を作る。この出汁に身を付けておく(④)。20分ほど漬ければうっすらと味がつくが、しっかり味付けをしたいなら長めに漬ける。漬け終われば表面の水分を取り、片栗粉を全体に付けて油で揚げる(⑤)。

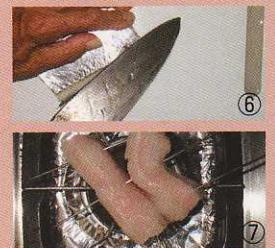
大葉とすだちで盛り付ければ完成。

**骨せんべい**材料：タチウオ半尾分ほど、すだち適量
炙りで三枚に下ろした後の骨を使う。水気を取って油で二度揚げすればよい。すだちの輪切りを添えて完成。**吸い物**

材料：タチウオ数切れ、出汁の素、醤油、味噌、塩、味の素

身を小さくカットする。鍋に入れた水に出汁の素、醤油、味噌、塩、味の素を好みで溶く。一煮立ちさせ、身を入れて炊けば出来上がり。

**釣果による
タチウオの竜田揚げ、
酢の物、炙り、
骨せんべい、吸い物**

炙り材料：タチウオ半尾分ほど、大葉数枚、すだち適量
身を三枚に下ろす(⑥)。串を打って皮側を火で炙る(⑦)。身側はサッと炙って終了。食べやすい大きさにカットし、大葉とすだちで盛り付ける。**酢の物**材料：タチウオ1尾分ほど、キュウリ1本、酢、醤油、味の素適量
身に塩を振り、30分ほどおいておく。タッパーに酢、醤油、味の素を適量加えた出汁を作る。塩を洗い流して水気を取った身をこの出汁に漬ける。半日から1日漬ければOK。最後に輪切りにしたキュウリをサッと漬ける。盛り付ければ完成。身をサッと焼いてから、南蛮漬けのようにすると食べるときの身離れはなくなる。