

～芋だこのレシピ～

～最初に、芋だこについて～

特産のじゃがいもと捕れたてのタコを煮付けた、粟島では古くから食べられている家庭料理。入スキの咲く頃に捕れる「磯ダコ（マダコ）」を使ったものは特に絶品です。

だいたい、9月～11月が食べ頃です



たこのエキスが
芋にしみてとっ
てもうまい！



材料（1人分）

- ・タコ（小さいタコだったらタコの足2～3本、大きいタコだったらタコの足1本）
- ・じゃがいも（2個か3個）
- ・醤油（大さじ1杯だけと味を見ながら調整する）
- ・砂糖（大さじ1杯だけと味を見ながら調整する）
- ・水（適量）

①タコをあらう



①いもをあらう



②タコの足を4等分に切る



②芋の皮をむく



③切ったタコを強火で煮る
(半分にして三等分)



③皮がむいてある芋を切る



④切った芋を洗う

④煮たタコを洗った芋と混ぜる



⑤芋とタコを混ぜた所に醤油と砂糖を入れて少し混ぜ、汁がなくなるまで煮つめる



⑥はしなどでお皿に盛り付けたら．．
完成！



みんな美味しくいただきました！



いただきます！

おいしゅう！



頑張って作りました！

真剣だな～



終わり