

蛸



日本は世界で最も蛸を食べる国民です。全世界消費量の60%をわが国で食べてしまっているそうです。蛸食の歴史は、遺跡に蛸壺漁の痕跡があったことから弥生時代からだとされています。タコは多股（たこ）、海蛸子（海のクモ）とされていたものが省略されて「蛸」と一文字になったようです。体の特徴を捉えた命名ですよ。

蛸の四方を引っ張って乾燥させた「張りだこ」・・・「ひっぱりだこ」。

磔（はりつけ）になる罪人の様子に似ていることから、磔になる罪人のことを「ひっぱりだこ」と言っていたようです。現在では、引く手あまたの気取ったことを言いますが、それと知るとあまり嬉しい言葉ではないですね。

蛸は、夏から初秋にかけて海水温が上がると産卵します。その産卵時期とそうでない時とでは身のしまり具合、味などに差があるので好みで選んで食べてください。蛸は良質で高栄養、低カロリー。脂質、糖質の代謝に優れたビタミン B2 は魚類の2～5倍と大変豊富に含まれています。また、タウリンも豊富で魚介類の中でもトップクラスです。

但し、蛸は消化に時間がかかるので胃腸の弱い方は食べ過ぎに注意してください。蛸のから揚げは歯ごたえがあり、咬めば咬むほど美味しいですよ。

