



## アオリイカ〔障泥烏賊〕

季節：秋

特徴：アオリイカは旨味成分が強く、イカの中では最高水準とされています。徳島県では海部郡沿岸で多く水揚げされ、10月から12月にかけて捕れるアオリイカは、小さいながら味が豊かな時期です。  
アオリイカは大きいものだと50cm以上に成長します。

調理方法：刺身・バター焼き・一夜干し など