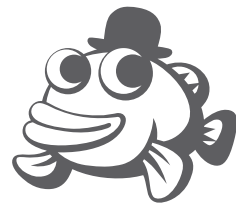


タイ

の さばきがた



L-3



①うろこは、頭をしっかり押さえ、尾のほうから少しずつこそげ取る。背ビレのつけ根や、腹側もていねいに取り除く。



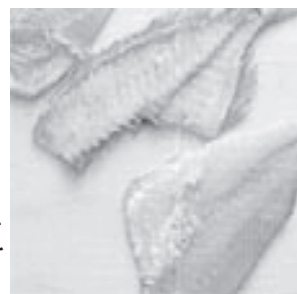
②腹に切り込みをいれ、包丁の先で内臓を取り出す。水洗いを十分にし、水気をよくふき取る ☆水洗いは流水で手早く行う。



③頭の付け根から胸ビレの下にかけて斜めに包丁を入れ、骨にあたるまで切込みを入れる。魚を裏返して背を手前にし、裏の包丁目にあわせて同じように包丁を入れる。



④両目を挟むように持ち、魚を立て頭の付け根に包丁の刃元の部分を当てる。力をいれて、背骨を押し切るようにして頭を切り落とす。



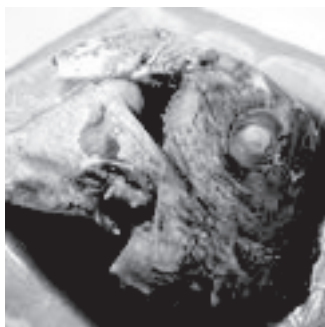
⑤包丁を寝かせ、腹側から中骨に沿って、骨の上を滑らすように包丁を動かしていく。数回繰り返して背側に達するまで切り開き、身を持ち上げて切り離す

⑥裏側も同様に中骨に沿って切り離し、三枚におろす。

ちょっと

お料理メモ

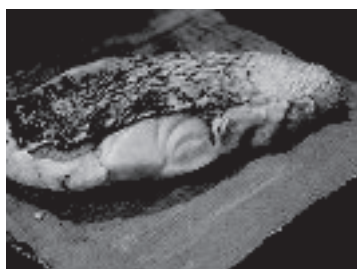
【あら焚き】



- ①アラをザルに載せたつぷりと熱湯を掛けた後、よく水で洗い、ウロコもきれいに取り除きます。
- ②鍋に水1/2カップ、酒1/4カップ、みりん1/4カップ、しょうゆ大さじ2、砂糖大さじ1を入れ沸騰させたら、アラを入れ、キッチンペーパーで落としぶたをします。
- ③再度、沸騰したら薄切りにしたショウガ1片分を入れて中火で20分程度煮れば出来上がりです。



◀ 鰹めし



◀ 塩焼き



◀ 鯛しばぶ

Fishing **イト** 本店
近畿自動車道
長原入口すぐ東
06-6799-0080

Fishing **イト** ②
中環・近畿道・
摂津北インター沿い
072-636-0008

Fishing **イト** ③
中環・近畿道・
大東鶴見インター入口横
06-6912-0008

Fishing **イト** 京都伏見
JR京都駅より
新堀川通り下ル 鴨川手前
075-672-0080

Fishing **イト** 大阪南
国道26号線・堺泉北道路
出口 明石方面
0725-44-0008

イト 玉津
第二神明玉津インター
出口 明石方面
078-922-0008

Fishing **イト** 池田
中国道 池田IC 北
171号線沿い
072-752-0018

Lure **IBAN** 梅田
大阪駅前 第4ビル
1F 西側
06-6346-1000

Fishing **Eight** Annex
ルアー総合ストア
エイト2 北側
072-636-0820



まずは
ホームページへ
アクセス!



イチバンエイト

検索

www.taikobo.net

お得で便利な公式アプリ

ポイントカード搭載 お持ちのカードを登録
※店舗にてポイントカード登録が必要です



アプリのダウンロード方法

OFFICIAL APP 1. QRコードから



2. 各アプリケーションストアから

検索