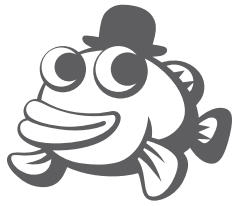


L-3

タイのさばきがた



①うろこは、頭をしっかりと押さえ、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。



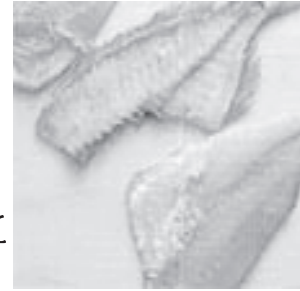
②腹に切り込みをいれ、包丁の先で内臓を取り出す。水洗いを十分にし、水気をよくふき取る ☆水洗いは流水で手早く行う。



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。



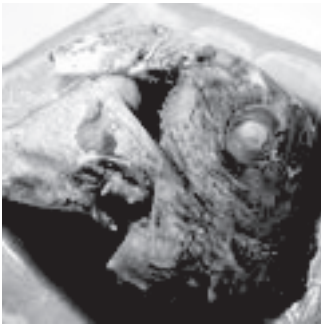
③頭の付け根から胸ビレの下にかけて斜めに包丁を入れ、骨にあたるまで切込みを入れる。魚を裏返して背を手前にし、裏の包丁目にあわせて同じように包丁をいれる。



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。

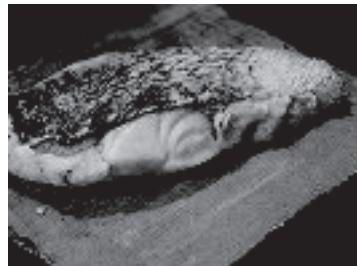
ちよこっと お料理メモ [あら焚き]



- ①アラをザルに載せたつば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ばたをします。
- 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。



◀
鯛めし



◀
塩焼き



◀
鯛しゃぶ

Fishing **イト** 本店

近畿自動車道
長原入口すぎえスグ
06-6799-0080

Fishing **イト** 中環

中環・近畿道・
摂津北インター沿い
072-636-0008

Fishing **イト** 大東

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・
葛の葉町北交差点
0725-44-0008

Fishing **イト** 池田

中国道 池田IC 北
171号線沿い
072-752-0018

Fishing Eight **Annex**

中環・近畿道・
摂津北インター沿い
072-636-0820

Fishing Eight **Umeda**

大阪駅前 第2ビル
1F
06-6346-1000



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



App Store

Google Play

イチバンエイト 検索
2. 各アプリケーションストアから