

アジのなめろう

2020年8月

1 はじめに

8月25日(火) 半夜釣り(バチコン)でアジを釣りました。

8月26日(水) 夕食で刺身となめろうにして食べました。

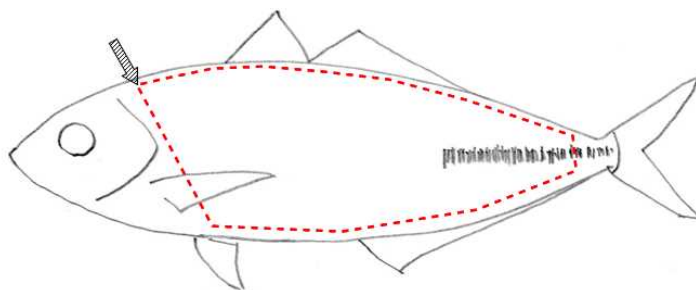
2 アジを柵にする

① アジの皮を引く。

魚の皮を引くときは、三枚に下ろしてから皮を引きますが、アジは最初に皮を引きます。鱗も取る必要はありません。皮を引いてから三枚に下ろします。

ア) 図の赤い点線に沿って、包丁で切り目を入れます。

イ) 矢印の所から皮をめくり、その皮を持って、尾びれに向かって引っ張ります。



② 三枚に下ろす。 / ③ 腹骨をすく。 / ④ 柵にする。

3 なめろうの作り方

① アジの柵を細かく切る。

② そこにネギ、ショウガ、ニンニク、味噌を混ぜて、包丁でたたく。

ショウガ、ニンニクはチューブ入りのものを使用しました。

③ そのまま食べても美味しいし、大葉で包んでも美味しい。



4 おわりに

美味しかったです。完食しました。