

ハゼの昆布巻き

ハゼを素焼きにする。

ハゼを芯にして昆布を巻き、かんぴょうで結ぶ。

砂糖、醤油、みりんで味を調え、圧力鍋で炊く。

圧力鍋で炊くとき、水分が沸騰してから20分間炊く。

圧力鍋で炊かないと、骨が柔らかくならないとのこと。

2018年8月17日(金) 町屋川河口

ハゼ 66尾 (全体的に小さい アベレージ8~9cm)

8月17日(金) 夕方、鱗と内臓をとる。大きいものは頭も落とす。
今回は大きいものがなかったので、頭を落としたものはなかった。
そのまま冷凍庫に入れて、冷凍した。

12月30日(日) 解凍して、ハゼを芯にして昆布巻きを作る。
味を調べて圧力鍋で炊く。
おせち料理の一品に加えた。

とても美味しかった。