

ハモのさばき方

防府名物「鱧(ハモ)」が美味しい季節になりました！
梅雨の水を飲んで栄養分もたっぷり！
鱧特有の骨切りをぜひマスターしてみてください！！



① 金たわしでヌメリを取る。
新聞紙でも取れますよ！



② お腹の穴から頭に向かって
切れ目を入れ、



③ しっぽ側も同様に切る。



④ 包丁の先を使い、
内臓の上の方を切り、



⑤ 手で引っ張ってのけ、洗う。



⑥ ヒレの下から頭を切落としたり、



⑦ 真ん中の骨に沿って、尾の
方、皮ギリギリまで切る。



⑧ このように広がります。



⑨ 背骨が付いている方の身を
中心に向かって切込み、



⑩ 図のようにはがしたら、
最後は手で骨を取る。



⑪ 身をたたみ、包丁で
ならしたら、



⑫ 尾の方より背びれに
向かい切込みをいれ、



⑬ タオルで身をつかみ、
尾の先を包丁で押えたら



⑭ 徐々に引っ張り、
背びれをはがしていく。



⑮ このように、おろせます。
(身、背びれ、中骨、頭)



⑯ 内臓があった部分の
骨を左右切れ目を入れ



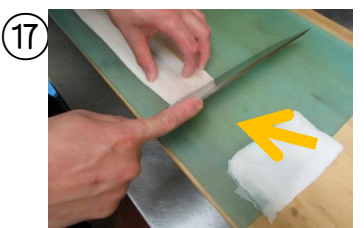
⑰ お腹の下まで切れ込みを
入れたら、手ではぎ取る。



⑱ 裏返し、包丁で残った最後の
ぬめりを取る。



⑲ ひっくり返し、包丁でならし
まな板と密着させると、



⑳ ななめに包丁をもち、



⑳ 約1mm間隔、
前に向かって切る。



㉑ 下の皮が見るまで切ります。



㉒ 骨切りが綺麗にできると、
皮にもきちんと跡が付きます。

以上で完成！
つぎは
「鱧せんべい」を
作ってみましょう♪

Vertical line on the left side of the page.