

# 身欠きふぐの調理法



① 身欠きふぐの頭を切り落とします。



③ 身に付いている赤い部分を切り落とします。この部分はボイルして身皮としてポン酢で食べます。



⑤ 刺身の形を整え、引き易くする為、身の3分の1位の所で柵取りをして、大きい身の高い方を向こう側にして尾の方を手前にし、尾の方から包丁を引く様にして薄く切ります。包丁を身に当て、まな板に押し付ける様にゆっくりと引き、同じ大きさになる様に引くのがコツです。小さい方の身は皿の内側を引く時使用すると良いでしょう。



② 3枚に下ろします。(この時、中骨に少し身を付けた位の方がちり鍋や唐揚げにした時に美味です。)

④ 両側に付いている薄皮を取ります。剥ぎ取った薄皮もボイルして身皮として食べます。薄皮を取り除いた身はタオル又は晒して巻き、冷蔵庫に入れて5～6時間締めます。

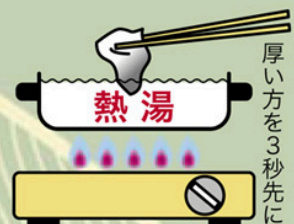


⑥ 1枚ずつ皿の外側から盛り付けます。右から左へ身の端が少し重なる様に盛り付けると綺麗に見えます。ボイルした身皮、切り皮を盛り付け、刻みねぎ・もみじおろしを添えポン酢でお召上がり下さい。

## とらふぐの皮のゆで方

① 沸騰した湯の中に白皮と黒皮の厚い方を下にしておき、約3秒浸ける。その後手を離し全体を4秒(夏季は3秒)ボイルし、湯から引き上げ水の中でもみ、付着しているものを落とし、用意していた氷水の中に入れて冷やす。  
② 次に少し厚くやや赤い皮とねずみ色の皮を約8秒(夏季は6秒)ボイルし、やはり水の中でもみ洗いした後、氷水の中に入れて冷やす。

③ タッパに水を入れ、氷水で冷やしていた皮を入れる。それを冷蔵庫の中で1～2時間冷やした後、水切りしフキンで拭き細く切る。白皮と黒皮は2ミリ、やや赤い皮とねずみ色の皮は4ミリ幅くらいに切ると良いでしょう。刺身に盛り付けポン酢でお召上がり下さい。



厚い方を3秒先に



伊東繁商店

本社 ● 〒750-0093 山口県下関市彦島西山町 4-11-17  
TEL.0832-66-2946 FAX.0832-66-1199  
唐戸店 ● TEL&FAX.0832-22-8829