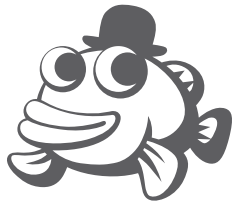


L-3

# 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。



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。



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。



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

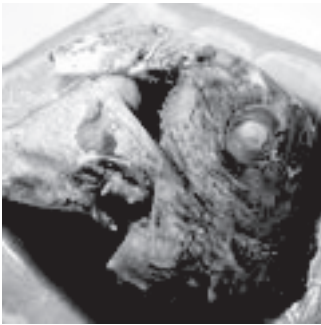


③頭の付け根から胸ビレの下にかけて斜めに包丁を入れ、骨にあたるまで切込みを入れる。魚を裏返して背を手前にし、裏の包丁目にあわせて同じように包丁をいれる。



⑥裏側も同様に中骨に沿って切り離し、三枚におろす。

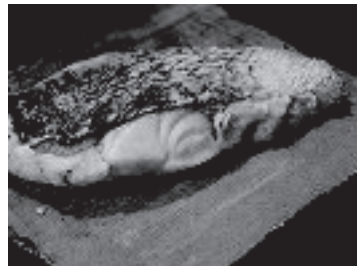
## ちょっとお料理メモ [あら焚き]



- 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  
長原入口すぐスグ  
06-6799-0080

Fishing **イト** 伊田  
中環・近畿道・  
摂津北インター沿い  
072-636-0008

Fishing **イト** 伊田  
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 鶴川手前  
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

**イト** 伊津  
第二神明玉津インター  
出口 明石方面  
078-922-0008

Fishing **イト** 伊丹  
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



2. 各アプリケーションストアから  
検索