

●三枚おろし●



1 頭をエラの付け根から切り落とす。



2 はらを斜めに切り、内蔵を取り除く。



3 背身の頭の方から包丁を進める。



4 中骨にそって包丁を切り進める。



5 腹身の方に切れ目を入れた後、表身を切り落とす。



6 裏身は、骨を下にして腹の方から包丁をいれ、



7 そのまま中骨に沿って尾まで包丁を入れる。



8 腹骨をそぎ取る。



9 三枚におろした状態。



10 皮をはぐ。尾の身と皮の間に包丁を入れ、皮を左に引きながら包丁の角度をまな板に合せ、右方向へ包丁を進める。



11 サク取りをして中骨を切り取る



12 刺身に切る。

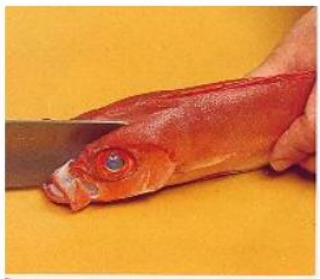
●開き方●



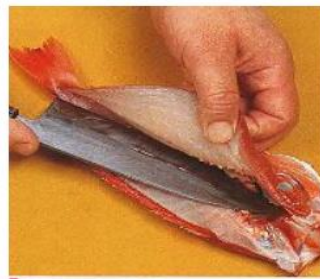
1 エラブタを開け、刃先にエラを引っかけて取る。



2 頭の中心に包丁を入れる。



3 そのまま包丁をおろしながら頭を中心から切り込む。



4 包丁を背骨に沿って頭から尾まで入れ、切り開く。(腹部の皮を切らない様
に)



5 内臓を取り除く。開いた状態。