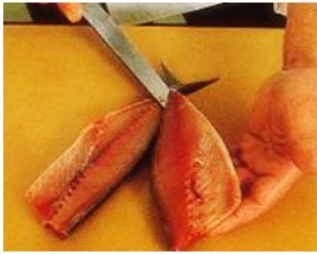




- ① アジ・サバともに同じおろし方でよいが、アジにはゼイゴがあるので、表身、裏身ともゼイゴを取る。



- ② 頭を落とす。



- ③ 腹を斜めに落とし、内臓を取り、水で洗う。腹身の方から包丁を入れる。



- ④ 中身に沿っておろしてゆく。



- ⑤ 腹骨をすき取る。



- ⑥ 裏身は骨の方を下にし、頭の方から尾の方へおろす。



- ⑦ 頭の方の身の角に少し包丁を入れると皮がはぎやすくなる。左手で魚を押さえ、皮をゆっくりとはがしてゆく。



- ⑧ 三枚におろした状態。