



1 頭を落とす。



2 頭の方から尾に向かい、中骨に沿って包丁を入れてゆく。



3 向きを変え、尾から頭まで包丁を入れる。



4 2と同じ要領で身を持ち上げながら包丁を進める。



5 腹骨をすき取る。



6 左手の指で小骨の両側を軽くおさえて、骨抜きで骨を抜いてゆく。



7 三枚におろした状態。”頭・骨は吸い物に使うとよい”