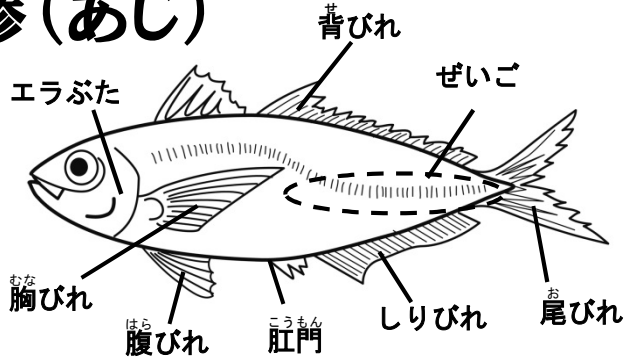


さかなさん まい  
魚を三枚におろしてみよう！  
だいみょう  
【大名おろし】

# 鰹(あじ)

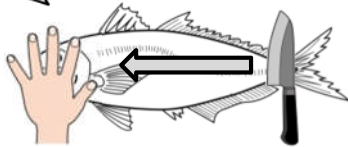


## 【新鮮な魚の選び方】

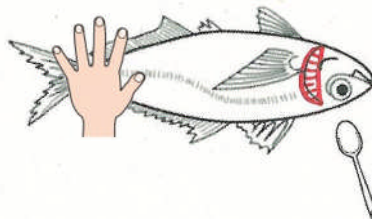
- ①目がきらきらとすき通っている。
- ②身が厚くハリ・ツヤがある。
- ③正面から見て、背中がもりあがっている。
- ④エラが鮮やかな赤(深紅)色をしている。

①尾から頭に向かって、包丁の刃でなでるようにしてうろこをとる。

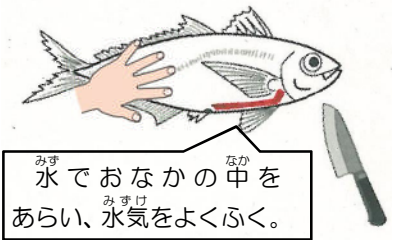
ひだりて あたま  
左手で頭をもつ。



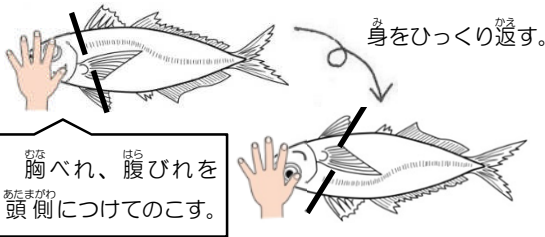
②スプーンを使って、エラのつけ根をはずし、えらをとる。



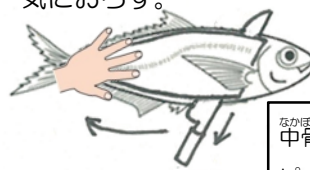
③エラの後ろから、ななめに包丁をいれて、肛門まで切りこみを入れて内そうを取り出す。



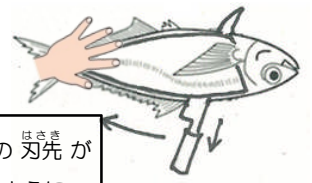
③頭のつけ根から、腹びれの横までななめに切りこみを入れる。(骨にあたるまで)



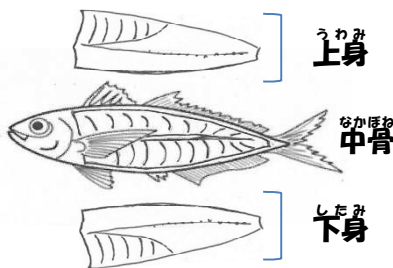
④魚の腹が手前、頭を右にしておき、包丁を中骨の上をすべらせるように一気におろす。



⑤身をうら返して、中骨を下、背を手前、頭が右にして、同じように一気におろす。



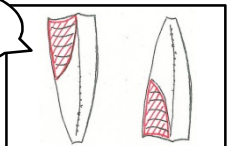
## 三枚おろしのできあがり！



## ☆刺身を引いてみよう！☆

- (1)皮を頭から尾に向かって一気はがす。
- (2)腹骨を包丁ですくい取るように取りのぞく。
- (3)骨抜きで小骨をぬく。
- (4)包丁の根元から、引くようにして切って刺身にする。

骨と膜だけをすくう。



竹串を尾のうらからさして、目の下に向かってさす。



骨に身がのこりやすいので、「大名おろし」と言われます。手順もすくなく簡単におろせるので、小ぶりの魚をおろすのにむいています。