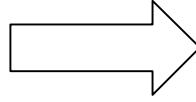


簡単に

# お父さんでも出来る三枚おろし

魚はぬめりがあり滑りやすいので安全の為左手に軍手などを付けることをお勧めします



刺身をするなら背側と腹側の包丁を入れる部分のみうろこをとります(焼き物等はよくうろこを取ってください)うろこを取ったらエラの付け根を切り離します

腹側を上にして垂直に包丁を入れエラの部分を完全に切り離します。



内臓の付け根部分を切り離します

腹を尾方向に切ります

内臓を手でつかみ胴体からエラと一緒に剥ぎ取ります  
一旦魚をよく水洗いしてください



胸ヒレの付け根部分から中骨にあたるまで両面から包丁を入れ頭と胴を切り離します  
少し包丁を頭側に向けて入れると切り易いです

尾の付け根に包丁で切り目を入れます  
尾はまだ切り離しません

尾から腹に向けて切れ目を入れて中骨部分まで切ります



頭と尾の向きを入れ替えて背中側に包丁を入れます、中骨まで達したら尾の付け根から腹側に包丁を貫通させて一気に身と骨を切り離します。

裏側も同様に切り三枚おろしは完成です  
二枚おろしは で完成です。

<http://www.kagawabussan.com>

## 株式会社 香川物産

愛媛県 松山市 枝松 6-5-7

E - MAIL [info@kagawabussan.com](mailto:info@kagawabussan.com)