

# イサキの酢め

## 材 料

イサキ  
塩、酢  
昆布



## 作 り 方

- ① いさきを三枚おろし、骨を抜く
- ② いさきの身に強塩する。1時間おく
- ③ いさき身を洗い、酢につける。
- ④ 昆布締めする。
- ⑤ バーナーあぶる。

# 若鮎唐揚げ

## 材 料

若鮎

片栗粉、酢橘

◎若鮎を選ぶポイントは、  
腹がしっかりしているものを選ぶ



## 作 り 方

片栗粉を漬けて揚げる。

塩を振る。

添え物で酢橘をつける。

# 鮎の一夜干し

## 材 料

鮎  
水、塩、酒



## 作 り 方

- ① 鮎の鱗を搔き、背開きで開く  
えら、はらわたをとり、きれいに水洗いする。  
はらわたでニガウルカを作る。  
はらわたの総重量2割程度の塩をしておく。
- ② 水、塩、酒で塩水を作る。(2.5%ぐらいの塩水に、酒の味がするぐらい酒を入れる)
- ③ 開いた鮎を②に付ける。  
20分~30分 魚体によってつける時間を調整する。
- ④ 天日干しする。(大体一日。二回りぐらい、縮みます。)
- ⑤ 焼く、上がる寸前にニガウルカを塗り、さっと焼く。