

あじの干物

材料	2尾分
あじ	中2尾
▼調味液	
水	カップ2
塩	大さじ1・1/3
酒	大さじ2
みりん	小さじ1



1

包丁の背を使って、あじのうろこをきれいに取り、水で洗います。



2

キッチンバサミで、口の下のひれのところに切り込みを入れます。切り込みから口に向かって顔を左右に分けるように切り離します。



3

そのままハサミでエラを切り離します。



4

包丁に持ち替えて内臓を取り出し、流水で腹の中をきれいに洗います。



5

腹の切り込みを大きくし、中骨まで包丁を入れて、上下の身を切り分けます。



6 背側の皮を切ってしまうように、残りの身も骨に沿って切り分けます。



7 バットに魚を並べ、ひたひたくらいに調味液を入れます。
たりなければ調味液を作り足します。



8 とどきき魚の上下をひっくりかえしながら、30分～1時間つけこみます。



9 キッチンペーパーで垂れない程度に水分をふき取り、ザルにのせて、風通しのよい日陰に半日から1昼夜干します。
猫などに持って行かれないように注意しながら、2、3度裏がえします。



10 保存は冷蔵庫で2～3日です。
冷凍することもできますが、風味が落ちるので早めに食べきりましょう。