



## 干物の作り方（カマス）

### 【魚のさばき方】

- 1 魚を流水で洗う。
- 2 ウロコを取る。 → 軽く洗う
- 3 魚の頭を左におく。
- 4 エラぶたから包丁を入れ、背骨にそって包丁を入れていきます。
- 5 最後は手で開きます。
- 6 エラを手で取り除きます。エラを取ると内臓も一緒に取れます。
- 7 素早く冷たい水で洗う。血合いは歯ブラシを使うと簡単です。

### 【塩につける】

- 8 8%の塩水で漬けるのが基本 1G（200cc）+塩大さじ1  
塩水に魚を漬ける時間は、20～30分が目安です。  
（脂のりで時間が変わります。普通の脂がのっていると30分）
- 9 身が締まり、目が白濁してきたら、塩が入った証拠です。
- 10 真水で軽く洗って、キッチンペーパーなどで良く水気を取ります。

### 【干し方】

- そのまま干してもOK！ですが  
〔 ラップをして、冷蔵庫に一晩入れます。  
6～8時間冷蔵庫において熟成させます。 〕
- 秋口ですと、1～2時間が目安。干し過ぎると身が固くなる。  
（風通しの良いところでかけ干し！）
- 気温が高い時期は、冷蔵庫でラップをしないで半日くらい乾かしてください。

### 【焼き方】

カマスは焼きすぎると、特に固くなります。

### 【保存】

ラップをして冷凍。

魚はその上からアルミホイルをして保存すると冷凍焼けしない。