



# まぐろを美味しく Let's Cooking ♪



## 氷水解凍

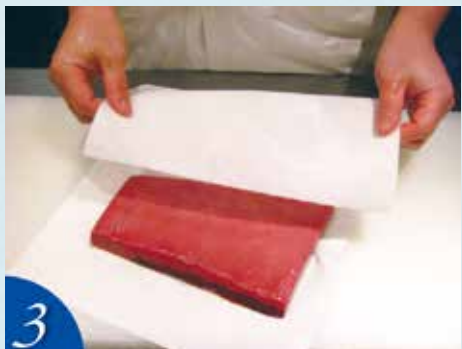
手軽に上手にまぐろを解凍しましょう。



1 冷凍のサクを用意します。



2 表面を手早く水道水で洗います。



3 ペーパータオルで水分をよく拭き取ります。



4 ビニール袋に入れて空気を抜き封をします。  
(ジブロックが便利)



5 氷水につけて、1 時間半～2 時間待ちます。



6 ドリップが出ず、きれいに解凍できました。

## ワンポイント アドバイス

### サクを取る方法



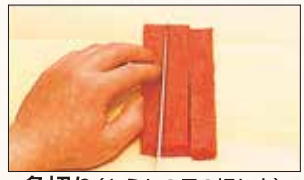
### まぐろの切り方



●平造り(お刺身用の切り方)  
サクの右端から、マグロの繊維に直角に、包丁を垂直に切り下ろします。



●そぎ切り(すし種用の切り方)  
サクの左端から包丁を寝かせて、そぎ切りにします。平造りより薄くします。



●角切り(あえもの用の切り方)  
サクを縦に 2～2.5cm 幅で、細長く切ります。次に切ったものを横にし、右端からサイコロ状に切ります。

