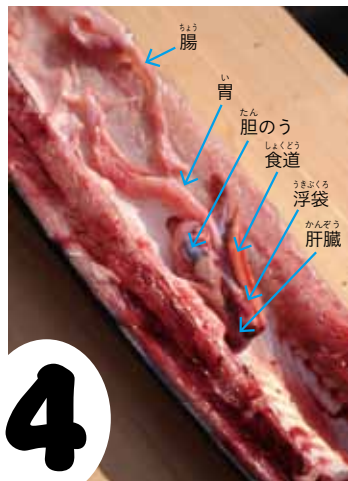




4

身を開いて、内臓をとりのぞく
傷つけないように、きれいにとりのぞく。
とくに、肝臓のうしろにある胆のうはに
がいの、切らないように注意



3

背に刃を入れる
背骨に沿って、少しずつ開いていく。頭
から肛門までの間は、内臓に気をつけな
がら切り裂く



2

エラのうしろに切りこみを入れる
背骨にあたるあたりまで、切りこみを入
れる。初心者は、軍手をはめるとさばきや
すい



1

目打ち
エラと目の真ん中より少し目に近いあた
りに千枚通しなどで目打ちする



6

背骨を切り裂く
背骨の下に刃を入れて、背骨を切り裂く



5

背骨に切れ目を入れる
ふつうは一気に背骨を切り裂くが、初心者
はいったん背骨からでている肋骨を切り離
す感じで切れ目を入れると、やりやすい



釣ったらすぐに
食べられますよ！

ウナギ のさばき方

ウナギは、コイのように泥を食べる習性は
ないので、泥抜きする必要はない



ポイント！

スーパーの袋などの口をし
ばって入れ、30～40分冷凍
庫に入れておくと仮死状態
になり、さばきやすい。ぬめ
りはとらなくていい
＊撮影用に用意しておいた、
60cmの天然ウナギを使用



できた！



頭を落とし、軽く洗って終了。頭と骨はしっかり焼いて、タ
レのだしに。内臓は、胆のうと腸はとりのぞく。胃は開いて
中をとりのぞき、そのほかの内臓といっしょに焼いて食べる



●タレのつくり方

- ①酒、みりん、醤油を同
量と、しっかりと素焼きし
た頭と骨を入れて、アク
をとりながら煮たさせる
- ②お好みの甘さに応じて、
砂糖を加えながら味を調
え、焦がさないように注意
しながら煮詰める



4

きつね色に焼き上がり、脂が皮からにじみでて
きた！ わさびをつけるだけの白焼きでも、うま
い！ かば焼きなら、タレをぬって軽くあぶる



3

皮から焼いて、1回めの返しをしたところ。2分
に1回くらいひっくり返す。皮を針でプツプツ刺
しておくと脂がしみでておいしくなる



2

炭火なら、強火の遠火が一番だが、初心者はパ
ーベキューが終わったくらいのおき火(弱火)で、
じっくり焼こう



1

火加減は、網の10cmほど上に2～3秒手を
かざすと、熱くてそのままおいておけな
いくらい。カセットコンロと焼き網(受け
のついたタイプ)でもおいしく焼ける

焼 き 方 おいしい

じっくりと、
焼き時間の目安は、
25分以上