

マグロを  
おいしく調理  
しましょう

※画像はすべてイメージです。



sashimi

tekkadon

# マグロ薄切りブロックの調理法

準備するもの

- マグロ薄切りブロック
- ペーパータオル
- 食品保存用の袋
- 包丁・まな板・皿 など

1 マグロ薄切りブロックを袋から出し、表面を流水で洗います。



2 ペーパータオルなどで水分をよく拭き取ります。



3 食品保存用の袋に入れて空気を抜き、口をしっかりと閉めます。



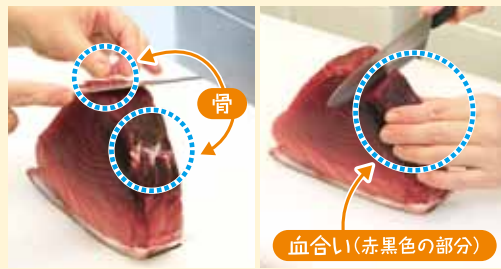
袋に水が入らないように!

4 冷水(氷水)につけて待ちます。



約1時間半~2時間

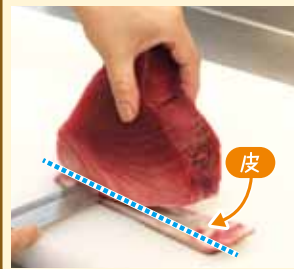
5 切れる状態に戻ったら、骨と血合いを切り取ります。



骨

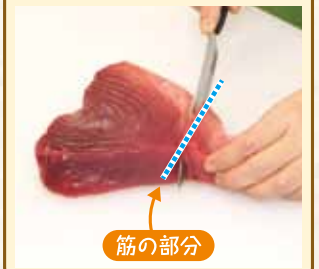
血合い(赤黒色の部分)

6 皮を切り取ります。



皮

7 大きな筋の部分を切り取ります。



筋の部分

8 好みの大きさに合わせて、包丁を入れます。(この場合は、中トロの部分と赤身の部分に分けました)



中トロ部分

赤身部分

9 まな板の手前にサクを置き、手前に包丁を引きながら、好みの大きさにカットします。



中トロの部分

赤身の部分

できあがり



お寿司に調理した例

焼津漁業協同組合

直 販 店

マイッツツナコープ

<http://www.yaizu-gyokyo.or.jp/>

■うみえーる焼津店 静岡県焼津市鯛ヶ島136-26  
TEL054-629-7393 FAX054-629-7394

■旧港前店 静岡県焼津市中港2-6-13  
TEL054-629-9449