

マイワシの手開き①



【ウロコを取る】

マイワシを真水でさっと洗い、尾から頭に向かって、包丁の先でなでるようにしてウロコを取る。水で洗い流し、キッチンペーパーで水けをふき取る。



【頭を落とす】

頭を左手で持ち、胸びれのきわに包丁を入れて頭を落とす。



【腹を切り落とす】

頭があった方を右にして、頭の方から肛門に向かって包丁を斜めに入れ、腹を切り落とす。



【内臓をかき出す】

包丁を使い、内臓をかき出す。



【腎臓をかき出す】

脊椎骨（背骨）に沿って腎臓があるため、手前にある膜を包丁の先で軽く切り目を入れて破り、中の腎臓もかき出す。



【腹の中を洗う】

ボウルに用意した3%の塩水で、内臓が入っていた部分を指でこすりながら、汚れを取る。腎臓が残りやすいので注意して洗う。

料理本にみられる「中骨」、「腹骨」、「小骨」、「血合い」の名称は、ここでは使用していません。下記のように、魚類学の用語を使用しています。

中骨→脊椎骨 腹骨→肋骨 小骨→肉間骨(上神経骨など)
血合い→腎臓