

# 鯛の御造り



①「鯛めし」で余った鯛の半分で「鯛の御造り」を作ります。腹骨を取り腹身と背中身に分けます。



②皮を引きます。皮目を下にしてまな板に置き、尾の方から包丁でしごくようにして切り取ります。皮を左手で軽く引くようにするといいです。



③腹身はそぎ造り、背中身は平造りにします。



④皮をさっと熱湯にくぐし湯引きします。



⑤湯引きした皮はすぐに氷水で冷めます。



⑥皮はしっかり水分を取りましょう。



⑦湯引きした皮を正方形に切ります。



⑧盛り付けます。大根のつま、大葉、わかめ、紅縦、山葵とともに鯛と鯛の皮を盛り込み完成です。できるだけ大きな器に余裕をもって盛り込みましょう。