



チダイ(血鯛)は水分が多い魚。そのまま刺身にすると水っぽくて皆んな美味しくないとされます。しかし、塩で水を抜いて酢メにすると誰もが驚く絶品になりますよ。

1



チダイはウロコを引いて内臓を取り出し、三枚におろす。

2



塩を振って容器に並べ、冷蔵庫に入れて90分寝かせる。

3



90分経つとこれだけの水が出る。

4



酢で塩を洗って落とし、キッチンペーパーで拭き取る。

5



酢に砂糖を加えた合せ酢に漬け、ラップをかけ冷蔵庫で寝かせる。

6



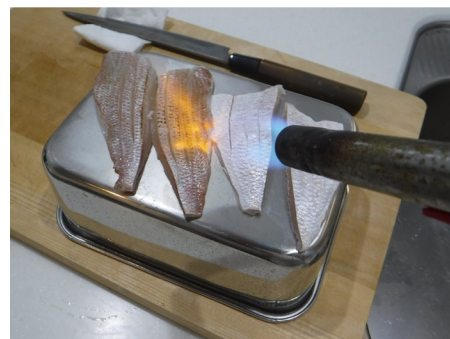
60分後に冷蔵庫から取り出し、腹骨をすきとる。

7



血合い骨も取っておく。

8



皮に縦に切れ目を入れて裏返したバットに置き、バーナーで炙る

9



皿に盛り、スダチかカボスを絞っていただきます。レモンでもOK!