

釣果で楽しむ家庭の食卓

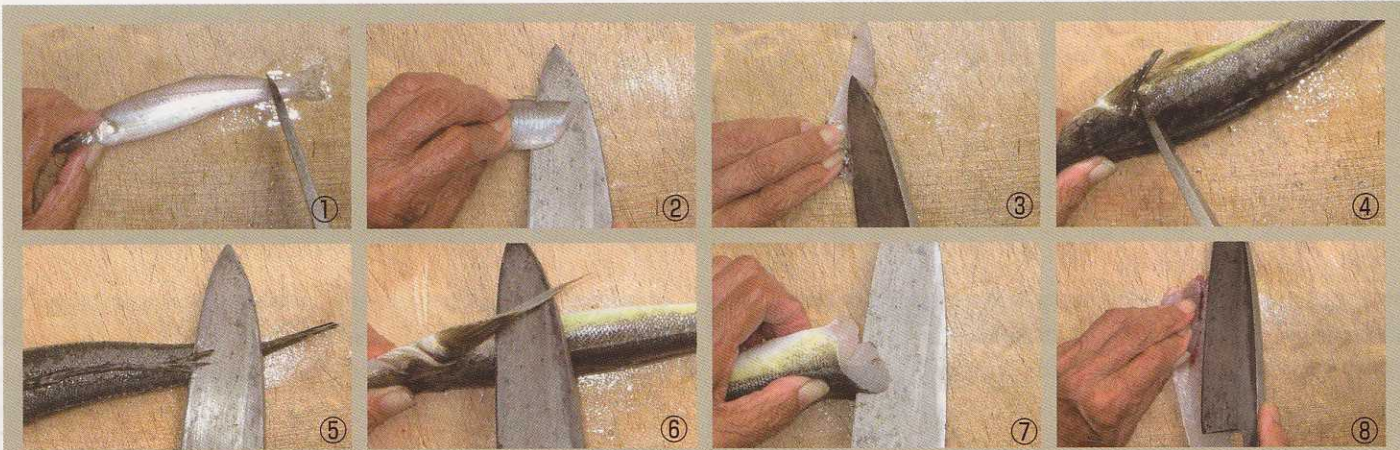


水遊びの人もグンと少なくなり、静けさを取り戻した中紀の砂浜やその周辺の波止。引き釣りでもキスの数釣りが楽しめる。ところが、雨後の影響かキスの活性は低く、3カ所目の釣り場でようやくブルルときた。ここでは小型がほとんどだが、ダブルにトリプルもあって、短時間で料理分のキスを釣ることができた。そしておまけに35cmのマゴチまでキス仕掛けに飛びついてきた。取材／編集部

2008年8月中旬・和歌山県中紀の投げ釣りでキス

釣果：キス12-17cm27尾、マゴチ35cm1尾

料理：キスの天ぷら、カルパッチョ、焼き豆腐との煮付け、マゴチの造り



キスは三枚に下ろす分と内臓を取り除くまでの分に分ける。マゴチは三枚に下ろす。まずキスから。水洗いしてウロコを取り除く(①)。頭を落として内臓を取り出す。三枚に下ろす。頭を落とした部分から刃を入れ、背骨に沿って包丁で切る(②)。両方の身を切れれば、腹骨を取り除いておく(③)。続いてマゴチ。水洗いしてウロコを取り除く(④)。背ビレを落とす(⑤)。同様に尻ビレも取り除いておく。頭を落とす。胸ビレの付け根から斜めに包丁を入れる(⑥)。逆側からも同様に刃を入れ、最後に背骨を断つ。三枚に下ろす。頭を落とした部分から背骨に沿って包丁で切る(⑦)。両方の身を切れれば、腹骨を取り除いておく(⑧)。これで下処理完了。

釣果によるキスの天ぷら、カルパッチョ、焼き豆腐との煮付け、マゴチの造り

キスのカルパッチョ

材料：キス3尾、ミニトマト3個、レモン少々、イタリアンドレッシング

身の両面に塩をして、30分から1時間冷蔵庫で寝かせる。中骨を取り除く(⑨)。血にミニトマト、レモンの輪切りと盛り付け、イタリアンドレッシングをかければ完成。



キスの焼き豆腐との煮付け

材料：キス5尾、焼き豆腐(小)1パック、粉末の出汁の素、醤油、砂糖、塩、味醂、酒、味の素、シウガ

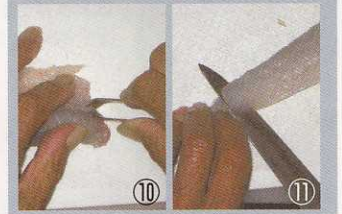
鍋に水を入れ、粉末の出汁の素、醤油、砂糖、塩、味醂、酒、味の素、シウガを入れて煮立たせる。後で入れる焼き豆腐から水分が出るので、この出汁は少し少なめでもよい。キス、焼き豆腐を入れて煮付ける。



マゴチの造り

材料：マゴチ1尾、大葉数枚

筋取りしたマゴチの身の中骨を、毛抜きを使って抜き取る(⑩)。皮を引く(⑪)。尾側から包丁を入れ、ゆっくり皮を引っ張ればよい。適当な大きさにカットして、大葉と盛り付ければOK。



キスの天ぷら

材料：キス19尾、すだち1個、天ぷら粉

市販の天ぷら粉を水で溶く。溶いた天ぷら粉にキスをくぐらせ、油で揚げる。すだちを添えて出来上がり。