

いばらきの川の幸  
おいしく食べciao!

サケ

調理時間：約20分

## 那珂川の鮭「イクラの醤油漬」



ここが👍

自家製イクラは生臭さもなく、塩加減も調整でき、何より安くてうまい。

### 材 料（10人前）

鮭筋子	1尾分(2筋)	醤油	大さじ5~8杯
湯	2リットル位		

1. ボウルに筋子を入れ、80~90度の湯を加えます。しばらくすると、表面の膜が熱で固まるので、素手で卵を傷めないよう丁寧に取り除きます。



2. 水を加え、膜の碎片を上澄みとともに流し除去する作業を数回繰り返します。



3. ざるにあけ、水気を切ります。



4. 容器に移し、醤油を加えて完成。



5. 4～5日で食べきれない分は、冷凍して保存することができます。



#### 【ひとくちメモ】

##### イクラの醤油漬

イクラの主成分は脂質、筋子の表面の膜はタンパク質なので、熱を加えると膜だけが熱で固まり、いくらと分離することができます。

##### 漁師の方法

連日、何10本も漁獲する漁師は、当レシピのような面倒はかけてもらえないので、バトミントンのガットで膜と卵を分離しているとのこと。醤油の代わりに昆布茶で味付けしてもおいしいと教えていただきました。