

いばらきの海の幸  
おいしく食べciao!

チダイ  
調理時間：約20分

## チダイの焼霜造り



手前が焼霜造り  
(奥は昆布)

ここが👍

タイ類は皮と身の間に脂の乗った旨味があり，湯引きや焼き霜造りは，この旨味を逃さずおいしくいただく手法。家庭で作れる香ばしい焼霜造りを紹介します。

### 材 料（2人前）

ハナダイ	1/2尾			
------	------	--	--	--

1. シンク内で鱗を取り，内臓，エラを除去し，洗います。



2. 包丁が骨に当たっていることを感じ取りながら背側，腹側それぞれ中骨付近まで包丁を入れた後，尾から中骨部分に包丁を入れ，半身を切り分けます。



3. 同様に反対側も切り分けます。



4. 腹骨をそぎ取り，腹側に沿って差し込んでいる小骨を大型とげ抜きで抜き取ります。



※指先で触ると小骨の位置が分かります。

5. 身に金串を刺し，ガスコンロの直火で皮側を強火で一気に焼き，氷水で急冷します。



※皮は火を通すことで歯切れが良くなります。身のレアな食感を損ねないよう，素早く冷やします。皮を焼かずに熱湯をかければ「湯引き造り」になります。

6. 水分を拭き，切り分ければ完成。



#### 【ひとくちメモ】

##### チダイ

本県では，底曳網や釣り，定置網などで漁獲されます。マダイに似ていますが，尾ビレの縁が黒くないことで区別できます。

一般的にはマダイもチダイもタイとして同等に認識されていますが，茨城ではチダイの産卵期は8～10月，旬は春でマダイより美味しくなります。一方，マダイは産卵期は5月で（漁業者は麦が色づく頃と言います。），産卵後の脂の回復が早く，味の長い期間が長いのが特徴です。

