

海老仙社長にも簡単にできた!

うなぎの美味しい食べ方

用意するもの(目安)

- ◆海老仙の長白焼き(2本)
- ◆お酒(お好みで)
- ◆水(お好みで)
- ◆鰻のたれ(お好みで)



まずは下ごしらえ

1 食べやすい大きさに切る。



2 フライパンに重ならないように並べて入れ、お酒をふた回しほど注ぐ。



3 鰻が浸るくらいの水を入れる。



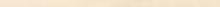
これで下ごしらえ完了!

ポイント2

4 ふたをして、沸騰してから蒸し煮込みする。
沸騰してから約5分



5 水が白く濁ってきたら、火を止めお湯を捨てる。



6 再び水を注ぎ、鰻を軽く洗い再度水を捨てる。



作り方のポイント

- ポイント1 鍋に蓋をして蒸し煮込みが出来ない場合は、鰻の身を下にして煮込むとより簡単に下ごしらえができます。
- ポイント2 白焼きを軽く焼うどんっても水を鍋に入れ、そのまま水を捨てるだけでOKです。
- ポイント3 蒲焼きの調理の時に、身が柔らかく崩れやすくなっているので慎重に。私もよく失敗をします。

白焼きの作り方



1 皮を下にしてきつね色になる程度あぶる。

約3分

2 反対側も同じように、焦げ目が付くまであぶる。

約2分

3 表面をもう一度あぶって出来上がり。

約1分

お好みで
わさび醤油等に
呑じ上がり！

蒲焼き・煮込みうなぎの作り方



1 フライパンにお好みの量の鰻のたれを入れて煮込む。

約3分

2 表面に色がつけば煮込みうなぎの完成。

ポイント3

3 表面をあぶる。
香ばしい蒲焼きの出来上がり!

ほかほかごはんに
のせれば、
うなぎの出来上がり！

誰でも簡単に美味しい鰻が食べられますので、みなさんぜひお試しください!