

■ハモの湯引き



〈材料〉

ハモ（骨切り済み）… 1匹～半身
 酢味噌……………適量
 [湯引き用] 水1Lあたりの量
 お湯……………1L
 塩……………10g 程度
 お酢……………大さじ1
 氷水……………適量

〈作り方〉

- ①骨切りにしたハモを1口サイズに切る。
- ②沸騰したお湯に塩と酢を入れる。
- ③5～6秒ゆで、氷水に冷えるまでつける。
- ④氷水から出し、水気を切る。
- ⑤お皿に盛り付けて酢味噌につけていただく。

■ハモの天ぷら



〈材料〉

ハモ（骨切り済み）… 1匹～半身
 獅子唐（盛付け用お好みで）… 2個
 [衣（ころも）]
 塩……………少々
 油……………40 cc
 薄力粉……………100g
 卵……………1個
 水……………150cc

〈作り方〉

- ①骨切りにしたハモを1口サイズに切る。
- ②塩を振って味付する。
- ③水、卵、薄力粉を混ぜる。（この時薄力粉と油を40cc先に入れ混ぜるとはねにくくなる。）
- ④熱した油に入れて、火が通ったらお皿に盛り付けて塩をかけていただく。