岩手県水産技術センターWeb特設ページ イワシの干物(ひもの)を作ろう!

干物の歴史(れきし)

縄文(じょうもん)時代

奈良(なら)時代

平安(へいあん)時代

江戸 (えど) 時代

・・・宮廷(きゅうてい)へおさめる税(ぜい)として作られる。 ・・・・貴族(きぞく)らの宴席(えんせき)のおつまみとして売買される。

・・幕府(ばくふ)へのけんじょうひんやねんぐとして作られる。

・・・・少なくとも4000年前の遺跡(いせき)から、貝の干物が発見

・・・いろいろな作り方で、いろいろな味(あじ)の干物が作られる。

お店で売っている『干物』を探してみよう!!

最高(さいこう)の塩加減(しおかげん)でおいしい干物を作ろう!!

マイワシの干物の作り方

①魚をさばく

しんせんな魚をよういする。 ほうちょうで頭を切り落とす。

おなかをこうもんまで切り開き、ないぞうを取る。

水道水(すいどうすい)で血を洗い、水分をキッチンペーパーでふき取る。

手びらきして、せぼねをとる。 むなびれを切り取る。













②味付けする

魚の重さを100とした場合、右下の分量で配合(はいごう)した調味液(ちょうみえき)をつくる。 調味液を容器に入れ、魚をひたす。

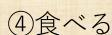
最大60分の範囲内で浸す時間を変えて味付けし、水きりする。

(例:15分、30分、45分、60分)

(2)		+
(3)		9

ひもやものほしにせんたくばさみでつるす。 天気が良い日に約5~8時間天日干しする。 全体が乾いたら完成です。

水	100
塩	4
うま味調味料	0.3



グリル等で焼いて食べよう!

塩の量や調味液に浸す時間によって味の濃さが変わるので、自分が好きな味を探そう!

オリジナル干物を作ろう!!!

調味液を変えて、自分だけのオリジナル干物を作ってみよう!

