

## ふなの子まぶし

冬から春にかけて産卵前に獲れる雌のフナは、腹一杯に卵を持っています。あらいのコリコリした感触が楽しめ、白い身に鮮やかな橙黄色の卵の色も美しい料理です。



【材 料】 (2人分)

子持ちブナ(生きたもの) 1尾  
大根 長さ5cm

どろ酢  
練りからし 小さじ1  
みそ 40g  
砂糖 大さじ2  
煮出し汁 大さじ1 / 3 ~ 1  
酢 大さじ3 ~ 5

【作り方】

フナの下処理をする。

- 1) フナの頭(目と目の間)をみねでたたいてしめる。
- 2) うろこを取り頭を落として、にが玉(胆のう)をつぶさないようにして内蔵を除く。子(卵)は別に取っておく。
- 3) 水洗いして水気をよくふき取り、三枚におろし、腹骨をすき取る。

皮を下にして置き、尾の方から身だけを薄くそぎ切りにする。氷水にさらし、身がひきしまったらざるに上げ、布きんで水をぬぐっておく(これをあらいと言う)。

子(卵)をからめの塩水でゆでながらほぐす。これを布きんに包み水によくさらし、固く絞る。

のあらいに の子をまぶしつけ、冷蔵庫で冷やす(子まぶし)。

(けん)大根を桂むきにした後せん切りにする。冷水にさらしざるに上げて水気を切っておく。

(どろ酢)練りからし、みそ、砂糖をよく混ぜ合わせ、煮出し汁と酢で溶きのばす。

器に のけんを敷き、 の冷やした子まぶしを並べる。ちょくにどろ酢を入れて添える。

卵のつぶつぶを身にきれいにつけるにはゆでた卵の水気をよくきるのがコツ。