

# アカモクの下処理方法

## 1. 水道水で洗う(3回程度)

漁獲されたアカモクには、泥や小さなゴミ(生き物)が付着しています。水がきれいになるまで手で揉み洗いしましょう。



## 2. 手でしごいて軸を除く

アカモクの軸は固く、口当たりがよくありませんので、手でしごいて取り除きましょう。葉と軸は先端から根元に向かってしごく、きれいに取り除くことができます。



## 3. しごいた葉を水道水で洗う(3回程度)

しごきとった葉(可食部)を水道水で洗い、取りきれなかったゴミを取り除きましょう。



## 4. たっぷりのお湯でゆがく

アカモクが浸かるくらいの熱湯を用意し、数秒~数十秒ゆがきます。アカモクは、お湯に入れると茶色から緑色に変化します。

**やけどに注意してください！**



## 5. 水道水で冷やす

ゆがいたアカモクをザルにあけて湯を切り、水道水をかけて冷やします。この作業から、ネバネバがたくさん出てきます。



## 6. 水切りして保存

ザルでしっかり水切りしたあと、保存容器に入れて保存します。2~3日で食べる場合は冷蔵し、それよりも長く保存する場合は冷凍してください。



包丁で適当な大きさにたたいて食べると、粘りとシャキシャキした食感を楽しむことができます。酢の物、味噌汁の具などにどうぞ。

京都府水産事務所 海のにぎわい企画課

TEL:0772-25-3030 FAX:0772-25-1532