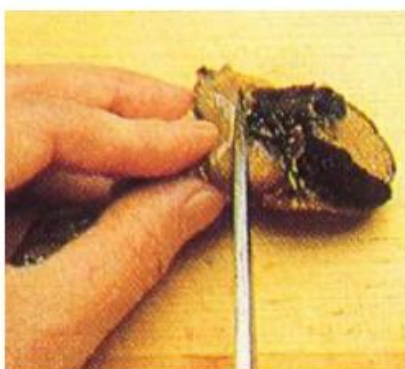




- 3 ゆるんだ身を半分くらい引き出し、指を入れて身とわたを静かに引き出す。貝殻は魚のウロコ落としにも使えます。



- 4 ふたを包丁ではずす。



- 5 砂肝を取ったあと、身の周囲に付いているえんぺらを切り除く。



- 6 口先も同様に切り取る。食べられるのは身と肝先だけ。



- 7 殻に身ときこの等を入れて、調味しただし汁をかけて焼くのがつぼ焼き。