

せっかくお取り寄せをした商品です。  
以下の注意事項をよ〜く読んで、  
是非、最高の状態でお召し上がり下さいね！

## 「北海道噴火湾産真ホッケ一夜干し(3パック)」編

本商品は、冷凍便にてお届けしております。

※すぐにお召し上がりにならない場合は、そのまま冷凍庫で保管してください。

### ◆美味しい解凍方法◆

#### 冷蔵庫で3～4時間程度解凍する

解凍中に時々指で押して解凍具合をご確認ください。

完全に解凍してしまうと、ドリップと一緒に旨みが流れ出てしまうので、身が“半解凍”状態で調理するとふっくら美味しく仕上がります。

※一度に全て食べ切らない場合は、小分けして保存するのがオススメです。

常温で10～20分位おいて少しだけ解凍し、1枚ずつラップで包んでフリーザーバッグに入れて冷凍庫で保存してください。

### ◆美味しい焼き方◆

#### 魚焼きグリルで焼く

1,魚焼きグリルを予熱して庫内を温めます(3分前後)。

※予熱をしておくとお火の通り方が均等になります。

2,「身」から中火で焼きます。表面に軽く焼き目がついたら、ひっくり返して「皮面」を焼きます。

※ご家庭のグリルによって火力が違う為、加熱時間は焼け具合を確認しながら調整し、中まで火が通っているかしっかりと確認してからお召し上がりください。



#### フライパンで焼く

1,フライパンに油をひいて熱する、もしくは、クッキングシートを敷きます。

2,「身」を下にして中火で焼き始めます。表面に軽く焼き目がついたらひっくり返して蓋をして「皮面」を焼きます。この時少量の水やお酒を入れると水蒸気が出て蒸し焼きになり、柔らかく仕上がります。

※加熱時間は焼け具合を確認しながら調整し、中まで火が通っているかしっかりと確認してからお召し上がりください。

