

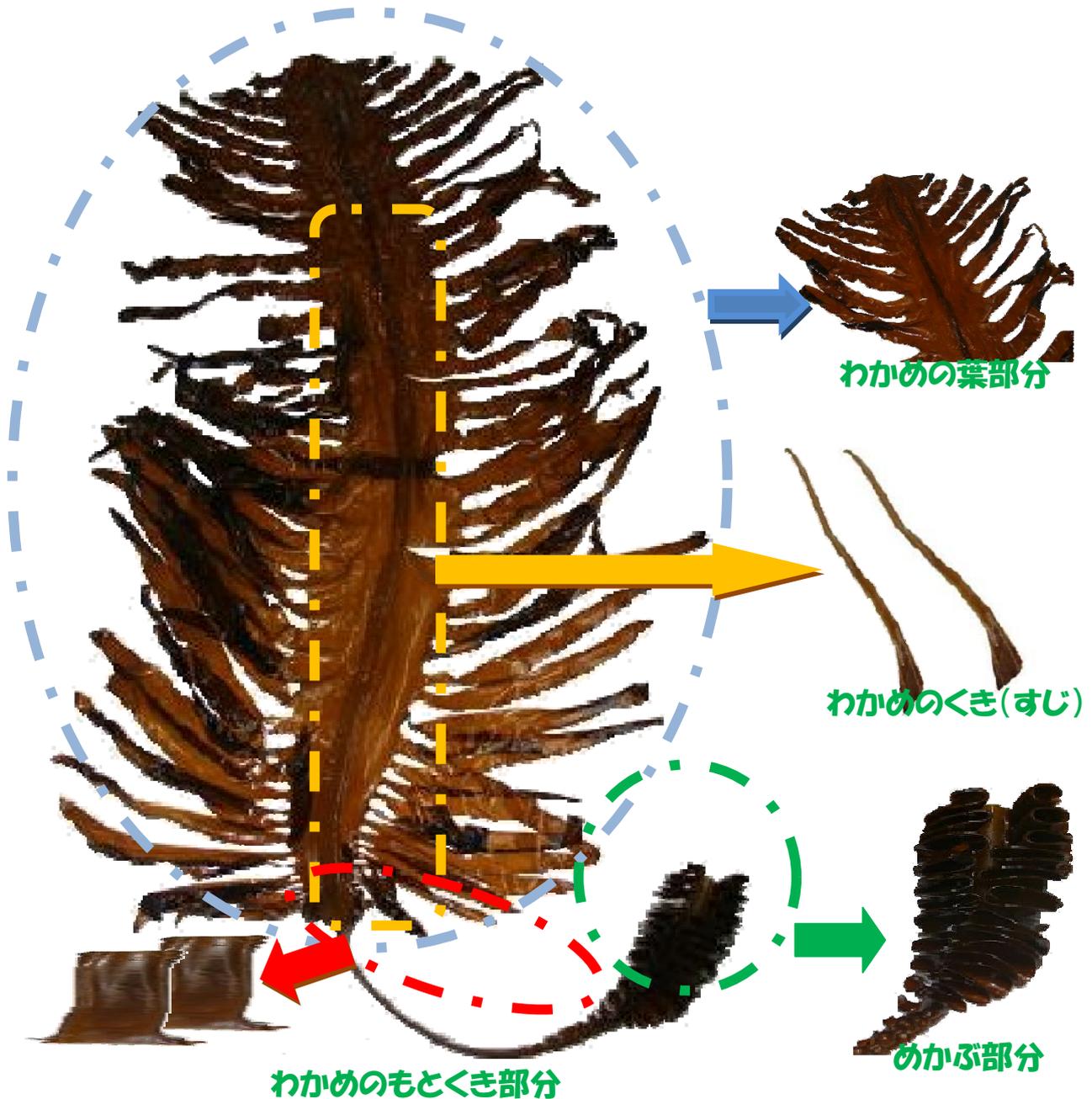
新鳴門わかめ (原そう生わかめ)

# 鳴門一本

本年も鳴門市沿岸ではワカメの収穫の最盛期を迎えております

収穫されたワカメは 灰干し製法や湯通し製法によって 色鮮やかで風味豊かな新ワカメとなります

鳴門海峡の春の恵みを いち早く お客様の食卓にお届けさせていただきます



説明書をよくお読みのうえ 必ず湯通しをしてお召し上がりください

## ワカメのさばき方



めかぶ



もとかき

めかぶ・もとかき  
適当な大きさに  
調理ばさみ等で  
切り離します

### 葉・くき(すじ)

葉にくきが残るように裂き  
くきを抑えながら  
くきのついた葉を  
ゆっくりと引きます



くきを残して裂いた葉



すべての部位がさばけました  
大きさ、さばき方はお好みで  
いよいよ鮮やかな緑になる瞬間が  
お楽しみいただけます

## 湯通し

大き目のお鍋にたっぷりの水を入れ火にかけ  
完全に沸騰したら湯通しを始めてください

めかぶ



もとかき



くき(すじ)



〈湯通しの仕方〉

- 1 ゆっくりと湯の中に入れる
- 2 全体が緑色に変わる
- 3 ゆっくりと引き上げる
- 4 冷水にとり十分に冷やす
- 5 取り上げて水を切る

## しゃぶしゃぶわかめ

## 食卓で春の感動を

葉の湯通しをご紹介する前に  
ぜひお勧めしたいお召上がり方です

葉の部分はしゃぶしゃぶでお楽しみください



葉部分を  
適当な大きさに  
切る



葉の端を  
箸ではさむ



沸騰した  
湯の入った鍋に入れ  
しゃぶしゃぶ



色が変われば  
引き上げる



ポン酢・だし醤油・など  
タレはお好みで  
口の中に鳴門の風味がひろがります

☆残った葉は湯通しをして保存してください☆



## めかぶのさばき方



茎とひだ葉の間に  
包丁を入れる



ひだ葉をそぎ落とす



ひだ葉とくきに分ける

☆めかぶについたくきは 硬く成長しているため  
お召上がりいただけない場合があります

## お召上がり方

めかぶ



好みの幅に切る  
細く切ると粘りが出ます

もとくき



斜めに  
好みの太さに切る

くき(すじ)



細くさく  
好みの長さに切る



色々なトッピングでポン酢・だし醤油などでお召し上がり下さい  
もとくきは煮物にも最適です  
味噌汁・サラダ・酢の物・佃煮など色々な調理方法でお楽しみください

## 原そう生わかめ(茶色いわかめ)について

- ◎ お召上がりの際には 必ず湯通しをしてお召し上がりください
- ◎ 原そう生わかめ(茶色いわかめ)の賞味期限は3日間となっております
- ◎ お早めに 湯通しをして下さい(湯通し後は必ず冷水で冷やしてください)
- ◎ 保存する場合は 必ず湯通しをして 冷蔵庫または冷凍庫で保存して下さい
- ◎ 冷蔵庫で保存する場合は 賞味期限内にお召し上がり下さい
- ◎ 冷凍庫で保存する場合は 小分けにして密封して保存して下さい

徳島 新町橋 八百秀商事が契約する鳴門の漁師さんの  
丹精こめて作った鳴門わかめをご賞味ください