

# いただきます。

[つまむ]



## タイのかぶと煮

ほほ肉がおいしいのは、牛肉だけではありません。タイのほほをお箸でひとつまみ。エラを動かすための筋肉であるそのお肉は、柔らかなヒレ肉のような食感で、一尾からほんの少しあとれない希少な部位なのです。

## キンメの煮付け

「肉は骨に近いほど、おいしい」欧米にはこんな格言があるそうですが、魚のカマも骨に近いお肉が美味しいです。お箸を使って少しづつほぐしていく。お箸を丁寧に使うほど、おいしいお肉にたどり着けるのです。

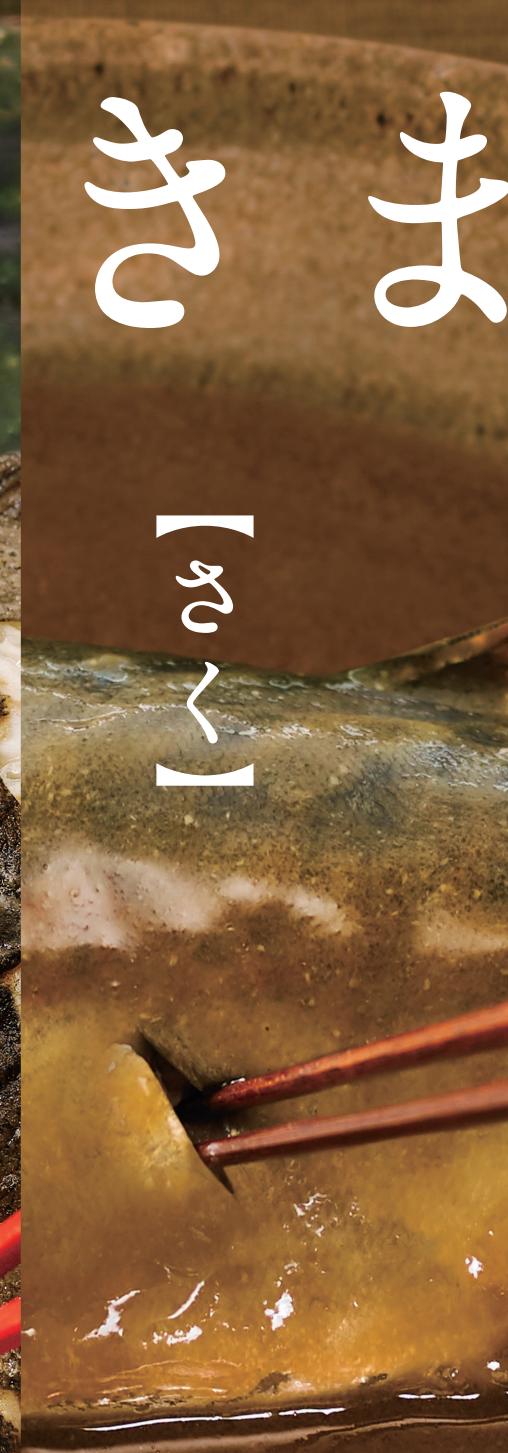
[ほぐす]



[とる]



[さく]



[はがす]



[はずす]



どうぞ、召しあがれ

## サバの味噌煮

背びれをやさしくお箸でとりあげると、あらわれる筋状のお肉。じつは、これが「えんがわ」です。ヒレを動かすための筋肉であるこの部位は、歯ごたえがよく、シャリシャリとした食感を楽しむことができます。

## キンキの塩焼き

背びれのつけ根をお箸ではがしていく。すると、とろけるような脂の乗った白身が姿をあらわします。キンキは皮と身のあいだがおいしいと言われる魚。あまり回遊しないお魚のため、脂がしっかり乗った身になるのです。

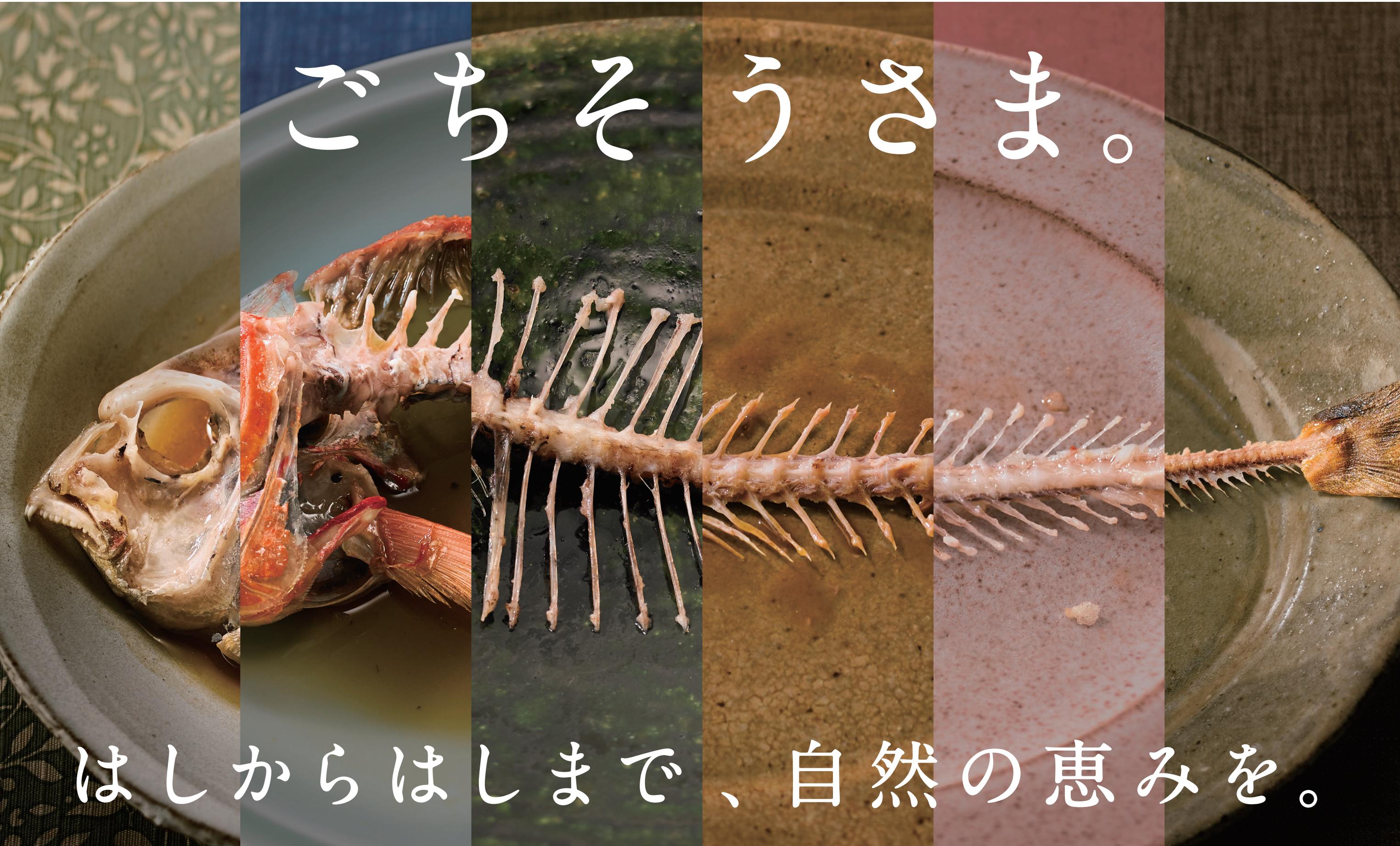
## ホッケの開き

お魚をおいしく食べるコツ。それは、お箸でキレイに背骨をはずすこと。調理の際、背骨は脂をとじ込めてくれる壁の役割をします。背骨をはずしたその跡には、脂がしみ込んだうま味がたっぷりのお肉が眠っています。

Eat Well, Live Well.



Aj  
AJINOMOTO



ごちそうさま。

はしからはしまで、自然の恵みを。



とっておきのおいしさを、残さずちゃんと味わいたい。そんな願いが、たくさんのお箸の使い方に表れていると思いませんか？ 食材のうま味をひきだす調理をする。野菜の残った皮や葉でもう一品つくる。毎日の食卓でできることだって、じつはたくさんあります。私たち味の素(株)も、食材をムダにしないレシピづくりなど、自然の恵みと、そこから生まれる食を大切にする様々な取り組みを進めています。

Eat Well, Live Well.

Aj  
AJINOMOTO