

塩焼き (昼定食によい, 末松 弘 2014, 2)



(ブルーギル・塩焼き)

- ・ウロコ、エラ、内臓を取る。
- ・身に切れ目を入れる。
- ・塩をふって魚焼きグリルで焼く。

フライ (昼定食向き, 末松弘1014, 2)



(ブルーギル・フライ)

- ・ウロコ、内臓、頭を取る。
- ・小麦粉をまぶす。
- ・油を入れたフライパンで焼く。

から揚げ (意外においしい, 井本 2014, 2)



(ブルーギル・から揚げ)

- ・塩でぬめりを取る。
- ・ウロコ、内臓を取る。
- ・塩、コショウをまぶす。
- ・小麦粉を付けて油で揚げる。

バター焼き (タンパクで柔らかい, 赤坂 2014, 2)



(ブルーギル・バター焼き)

- ・ウロコ、内臓を取る。
- ・3枚に下ろして皮を取る。
- ・塩、コショウをまぶす。
- ・片栗粉を付ける。
- ・フライパンでバター焼きにする。

あんかけ (臭みなくおいしい, 藪 2014, 2)



(ブラックバス・あんかけ)

- ウロコ、内臓を取る。
- 身に切れ目を入れる。
- 酒をまぶす。
- 片栗粉を付け、油で揚げる。
- 生姜、セロリ等であんを作る。
- 魚にあんをかける。

香草焼き (皮がカリカリでおいしかった, 岩見 2014, 2)

(ブルーギル・香草焼き)

- ウロコ、内臓を取る。
- 3枚に下ろして皮を取る。
- オリーブオイルを敷いたフライパンで焼く。
- ハーブ入り塩などで味を付ける。



塩焼き (臭みなく意外においしい, 高宮 2014, 2)



(ブラックバス・塩焼き)

- ウロコ、内臓を取る。
- 半分に切る。
- 塩をふって魚焼きグリルで焼く。

(ブルーギル・塩焼き)

- ウロコ、内臓を取る。
- 塩まぶしてぬめりを取る。
- 身に切れ目を入れる。
- 塩をふって魚焼きグリルで焼く。

塩焼き (普通に食べられた, 園田 2014, 2)



塩焼き（普通の魚と同じ, 中尾 2014, 2）



（ブラックバス・塩焼き）

- ・ウロコ、内臓を取る。
- ・魚を串に刺す。
- ・塩こうじを魚にまぶす。
- ・オリーブオイルを敷いたフライパンで焼く。

ホイル焼き（臭みないが好きではない, 西浦 2014, 2）



（ブルーギル・ホイル焼き）

- ・ウロコ、内臓、頭を取る。
- ・塩、こしょうをふる。
- ・ホイルにオリーブオイルを塗る。
- ・ホイルに魚と野菜を乗せる。
- ・フライパンで焼く。

から揚げ（臭みなくタンパクな味, 橋本 2014, 2）



（ブラックバス・から揚げ）

- ・ウロコ、内臓を取る。
- ・3枚に下ろす。
- ・塩、こしょうをまぶす。
- ・市販のから揚げ粉を付ける。
- ・油で揚げる。

網焼き（煙少なく干物のような感じ, 田中 2014, 2）



（ブルーギル・塩焼き）

- ・ウロコ、内臓を取る。
- ・塩をふって炭火で網焼きにする。

煮つけ、フライ、ソテー、みそ漬け

(普通に食べられる。少し後味が残る, 森岡 2014, 2)



(ブラックバス、ブルーギル・煮つけ)

- ・ウロコ内臓をとる。
- ・湯通しする。
- ・醤油、酒、みりん、さとうで煮る。
- ・他の料理のあらも使用した。

(ブラックバス、ブルーギル・フライ)

- ・ウロコ、内臓を取る。
- ・3枚に下ろして皮を取る。
- ・塩、こしょう、酒をまぶして少し置く。
- ・小麦粉、卵、パン粉を付ける。
- ・油で揚げる。

(ブラックバス・ソテー)

- ・ウロコ、内臓を取る。
- ・3枚に下ろして皮を取る。
- ・フライパンにオリーブオイルを敷く。
- ・タイム、オレガノ、塩、こしょうで味付け。
- ・魚に溶かしバターをかける。

(ブラックバス・みそ漬け)

- ・ウロコ、内臓を取る。
- ・3枚に下ろす。
- ・白みそ、赤みそ、砂糖、酒、みりんを混ぜる。(ベース)
- ・ベース、ペーパータオル、魚、ペーパータオル、ベースの順に重ねる。
- ・しばらく漬ける。
- ・オリーブオイルを敷いたフライパンで魚を焼く。

ムニエル (思ったよりおいしい, 椎葉 2014, 2)



(ブラックバス・ムニエル)

- ・ウロコ、内臓を取る。
- ・3枚に下ろして皮を取る。
- ・塩を振って下味をつける。
- ・魚に小麦粉をまぶす。
- ・バターを敷き、フライパンで魚を焼く。
- ・にんにく醤油などで味をつける。
- ・にんにく醤油で炒めた玉ねぎを乗せる。

ムニエル (臭みなくおいしい, 和田 2014, 2)



(ブラックバス・ムニエル)

- ウロコ、内臓を取る。
- 3枚に下ろす。
- 塩、こしょうをまぶし下味をつける。
- 片栗粉を付ける。
- フライパンにオリーブオイルを入れる。
- ニンニクと魚を入れて焼く。

塩焼き (川魚という感じ, 杉本 2014, 2)



(ブルーギル・塩焼き)

- ウロコ、内臓を取る。
- 塩をふって魚焼きグリルで焼く。

から揚げ (おいしかった, 林田 2014, 2)



(ブラックバス・から揚げ)

- ウロコ、内臓を取る。
- 半分に切る。
- にんにく、醤油、酒を混ぜ合わせてタレを作る。
- 魚をタレに漬け込む。
- 漬けた魚に片栗粉をまぶす。
- 魚を油で揚げる。

煮つけ (少し臭みあるが食べられる, 坂川 2014, 2)



(ブルーギル・煮つけ)

- ウロコ、内臓を取る。
- しょうゆ、砂糖、酒、ショウガを合わせて煮る。

塩焼き（おいしかった, 中瀧 2014, 2）



## (ブルーギル・塩焼き)

- ウロコ、内臓を取る。
- 3枚に下ろす。
- 塩をまぶし、ぬめりを取る。
- 油を敷いたフライパンで焼く。
- 塩、コショウ、ガラムマサラで味付け。

一夜干し（身が締まっていておいしかった, 槌山 2014, 2）



## (ブルーギル・一夜干し)

- ウロコ、内臓を取る。
- 3枚に下ろして皮を取る。
- 濃度5%の塩水に約1時間漬ける。
- 1時間後、塩水から上げて少し干す。
- 食べる前に魚焼きグリルで焼く。