冷凍マグロを美味しく解凍しよう！

～温塩水で冷凍マグロを上手に解凍～

1. シンクに 45℃(95F) の温水をため、
   1 リットルに対し、塩 30g(大サジ 2 杯)
   入れ温塩水を作ります。※海水ほどの濃度
2. フリーザーより今日使う分だけのマグロを
   取り出し、温塩水に 2 ～ 3 分浸けます。
   表面が解凍され中心が凍っている状態で
   取り出します。
   ※2.5cm の厚さの物で 2 分位。

3. マグロの表面の水分をキッチンペーパーで
   拭き取り、マグロがくっつかないように
   キッチンペーパーの上に並べます。

4. 1 時間程度冷蔵庫および保冷庫に入れます。
   ※10℃位が適温です。

5. 半解凍の状態でスライスし器に盛付けます。
6. 常温（20℃）で 30 分位放置したら、
   完全解凍になり召し上がれます。
   ※一度解凍したマグロは、
   絶対に冷凍庫に入れないでください。

解凍中にチジレが起きたときは

とれたての鮮度を保つために、遠洋マグロは船内で急速凍結を行っています。
そのため、死後硬直前に凍結が完了してしまうことがあります。この場合、解凍後に硬直を起こし、チヂレの原因となります。これは異常ではなく、新鮮さ、生きていた証なのです。温塩水につけている最中、もしマグロの端がチヂレたり、歪んできた場合は、所要時間前でも温塩水より取り出し、水気をふき取って、冷蔵庫の下段で時間をかけ、ゆっくりと完全解凍してから調理してください。