



# うなぎを美味しく 温める方法



## おすすめの温め方4選!

### おすすめ その一



#### 湯煎で温める方法

- ①凍ったままのうなぎを沸騰したお湯に内袋のまま入れます。(調理時間 約8分)  
※長焼きなので大きなお鍋が必要です。  
(フライパンでも代用可能)

### おすすめ その二



#### フライパン(蒸し焼き)で温める方法

- ①うなぎを解凍します。(解凍の目安: 冷蔵庫で4~6時間)
- ②加熱していないフライパンに皮目を下にしてのせます。
- ③蒲焼表面に水を2~3滴ふりかけて蓋をし、弱火で蒸し焼きにします。(4分~4分30秒)

### おすすめ その三



#### 電子レンジで調理

500W  
約1~2分程度

- ①好みの大きさにカットしたうなぎを耐熱皿にのせてラップをかけて温めてください。  
温めすぎると水分が蒸発してしまい、パサッとした感じになってしまうのでお気を付けください。(お水、又は料理酒をふってから温めると、ふっくらと美味しくなります。)

### おすすめ その四



#### グリルやトースターで温める方法

- ①うなぎを解凍します。(解凍の目安: 冷蔵庫で4~6時間)
- ②好みの大きさにカットします。
- ③トレイにお菓子づくりなどに使う「クッキングシート」を敷きます。  
アルミホイルでも代用可能ですがクッキングシートには水蒸気を通す性質があるため余分な蒸気を逃がし、よりふっくら仕上がります。裏返す時はフライ返しを使うと身がくずれにくいです。添付タレを付けて焼きあげると香ばしくなります。

温め方ひとつで  
食感や香ばしさが変わります。  
好みの調理法で  
お召し上がりください。



- 調理時間は調理器具の機種や火力などにより多少異なります。
- うなぎ蒲焼きは冷めると身や皮が固くなりますので、温かいうちにお召し上がりください。
- 品質には万全を期しておりますが、美味しく召し上がっていただくために、お届け後は即ちに冷凍保管(-18℃以下で保存)して、なるべく早めにお召し上がりください。

#### ① ご注意ください

◆解凍後の再冷凍は風味を損ないますので、お止めください。◆この商品には、除去しきれない小骨がありますので、召し上がる際には、ご注意ください。



寺園商店

