

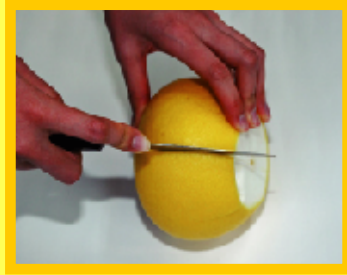
宿毛文旦の食べ方

文旦の食べ方は2通りあります。
お好きな方でお召し上がりください

標準的な食べ方



文旦の上下の皮を切り落とす。



4～6等分になるよう切れ目を入れる。



切れ目にそって外皮をむく。



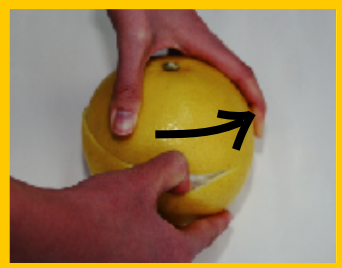
(1) 白いわたに包まれた中身を取り出す。



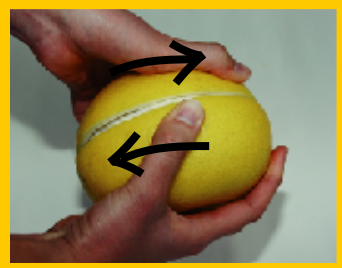
皮が器になる食べ方



文旦の真ん中あたりにぐるりと切れ目を入れる。



切れ目に親指を差し込んで外皮が裂けないように回す。



上下を左右にねじって外皮をむく。



残った外皮も同様にむき、中身をとる。



(2) 1房ごと薄皮をむく。



J A 高知はた宿毛文旦研究会



できあがり!