

調理も保存もこれでカンペキ!!

ヒオウギ貝を さらに楽しむ

3大テク
ひおうぎ ひとつごと

ヒオウギ料理の第一歩。

1 ヒオウギ貝の剥き方

使う道具: 洋食ナイフ等

-  ナイフ、ヘラ等を差し込んで、貝に沿って貝柱を切ります。
-  上の貝柱をはずした状態
-  上の貝殻をはずします。
-  もう1枚の貝柱を、貝に沿ってはずします。
-  貝殻をはずした剥き身状態
-  好みによりますが、黒い内臓部分を取り外して、色々な料理にご利用ください。



新鮮な貝を存分に楽しむなら

2 貝柱刺身

-  貝柱の部分だけ切り取ります。貝に沿ってはずします。
 -  ヒオウギ貝の貝柱。
 -  好みの厚さにスライスしてお召し上がりください。
 -  残ったヒモの部分は、白っぽくなるまで塩もみにして刺身と一緒にご利用ください。(ヒモの部分は様々な料理に利用できます)
- 
- ヒオウギ貝柱の刺身

あまった分も上手に活用!

3 冷凍保存方法

-  ヒオウギの黒い内臓部分を取り、茹でる、蒸す等の加熱処理をしてください。
-  ラップ、又は容器に入れて冷凍で保存してください

ひおうぎ ひとつごと