

サザエ【栄螺／古腹足目サザエ科】

旬 夏

殻高 約12cm



生産の状況

【生産量】H28年:71t

【主な生産地】南知多町

【主な漁法】小型定置網、潜水、採貝

【漁期】春 夏 秋



料理して食べよう！

コリコリを楽しむ

◎サザエの刺身

材料(4人分)

サザエ4個、ワサビ適量

- ①サザエは、フタを開けたところでナイフを差し込み、フタをはがす。
- ②殻の内側に沿って指を入れ、身を回しながら殻から取り出し、内臓とヒモを取り除く。
- ③身とヒモは塩でよく揉み、水洗いして、水気をふき取る。
- ④身を縦半分に切って口を切り取り、薄切りにする。ヒモは1cm程の長さに切る。
- ⑤④を殻に盛り付け、ワサビを添える。

しょうゆの焼ける香ばしい臭い

◎サザエのつぼ焼き

材料(4人分)

サザエ4個、

しょうゆ大さじ2、

酒大さじ2、みりん小さじ1

- ①サザエは、サッと水洗いする。
- ②しょうゆ、酒、みりんを合わせ、タレを作る。
- ③①を焼き網にのせ、②を殻の中に入れて、強火で焼く。グツグツしてきたら火を止める。
- ④フタを取り、フォークで身を回すようにして殻から取り出す。