

生かきの下処理の仕方

旨味そのままに、臭みの原因である汚れを簡単に落とせます。

調理時間

5分



東信水産のHPでもご覧いただけます。

<http://www.toshin.co.jp/>



●材料 (10~15個分)

- ・生かき…………… 10~15個
- ・片栗粉…………… 大さじ1強
- ・水…………… 大さじ2
(①で使用)



●作り方

- ① かき、片栗粉、水をボウルに入れ、手で優しく混ぜる。(粉っぽさがなくなる程度に混ぜる。)
- ② かきをザルに移し、水を入れたボウルに浸けて片栗粉を優しく落とす。
- ③ 2~3回水を取り替えて洗う。
(身崩れしないように手早く済ませる。)
- ④ キッチンペーパーで水気をとる。

POINT ① かきが水を吸うと、加熱した際縮む原因となります。水分をしっかりとってからご使用ください。



東信水産お魚かんたんレシピ

料理 渡部 和泉

お魚かんたんレシピTOPへ戻る