

イセエビの捌き方、パスタ調理方法

伊勢海老の捌き方をご説明いたします



丸ごと海水または水道水5リットルにお塩5g スプーン1杯の溶液を入れた容器に入れます



氷茶碗一盛り



トンネルフォトン水1滴 0.2cc追加して、

ゆっくり解凍してください



20分程度でチルド状態に解凍解凍できます。→腹側から写真のように頭と体の付け根にナイフを入れて一回転させて、膜を切ります



膜を切ったら、引き抜いてください



腹側の殻と膜を両サイドハサミで切ります。包丁を使ってもよいですがハサミが安全に素早く捌けます



背側の殻と身の隙間に指を入れて身をはがします



殻と身を引き離します→臓が糸のように出てきます



つまんで身から引き抜きます



頭を内側から切ります。中心部の節の溝に包丁を入れると切りやすいです。最後まで切るのは危ないので中ぐらいの切り込みを入れて、手で開きましょう



取り出した身にお酒をかけます。今回は伊勢海老 Pasta なので白ワインを使用しました。刺身で食べる時は水道水茶碗1杯に深層水1滴 0.2 c c 溶液で洗って下さい



このような感じで1分ほど浸します



フライパンにそのまま殻を入れてオリーブオイルで炒めます→先ほど付け込んだ身の部分をワインごと入れます→お塩、胡椒、生クリームを入れて弱火で加熱しアルコール分を飛ばします



お皿に細いパスタを盛り、炒めた具を載せます



煮汁を適度にかけて→シソなどのハーブと海苔をハサミでカットして出来上がり

1キロの伊勢海老でこのように伊勢海老贅沢盛りパスタが5人前出来上がりました。
ちなみに沖縄は4月1日から6月30日まで伊勢海老は禁漁なので水揚げはありません
先月に仕入れた伊勢海老300g前後6尾在庫あります。