

いばらきの海の幸
おいしく食べciao!

シライトマキバイ
調理時間：約20分

シライトマキバイのお造り



ここが👍

柔らかさと、こりこりした食感を兼ね備えた食べやすいツブ貝です。

材 料（6人前）

シライトマキバイ	6個		
大葉	適量		

1. 流しに太めの木っ端角材をおき、金槌で貝を割ります。
2. 身を取り出して、貝の破片を洗い流します。



3. 身（可食部）と内臓頭を手で分離し、蓋をペンチではがします。



4. むいた身は、塩ひとつかみを入れた氷水に次々と投入します。
5. すべての投入が終わったら中でもみ洗いし、ぬめりを取り、身を引き締めます。



6. 水気を切って、一口大に切り分けます。
 ピンク色の管状の部分は、吻（ふん）と呼ばれる口と食道の部分で、ふだんは体内に収まり、摂食時に出てきます。食べても害はありません。
 原形を残さないよう切り分けると、上品に仕上げられます。



【ひとくちメモ】

シライトマキバイのカゴ漁業

茨城沖に分布するシライトマキバイは、主に底曳網とカゴ漁業により漁獲されます。カゴ漁業は夏季限定で、餌のイワシを入れたカゴをロープに多数付け、海底に一昼夜設置して漁獲します。

シライトマキバイは殻高10 cmに育つのに約8年かかると考えられ、同じ資源を利用して底曳漁業者とカゴ漁業者は共に7 cm以下(4歳以下)の小型貝を再放流するなど、資源管理に取り組んでいます。

