

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60分

シライトマキバイのつぶやき



ここが 

茨城では「ツブ貝」と呼ばれる、シライトマキバイで作った「つぶ焼き」です。

材 料（20個分）

シライトマキバイの身	2～3個分	揚げ玉	適量
小麦粉	100g (1カップ弱)	サラダ油	適量
貝のゆで汁（またはだし汁）	1.5カップ	削り節	適量
ねぎ	適量	醤油	適量
紅しょうが	適量	マヨネーズ	適量

1. 【下拵え】生のシライトマキバイの身は、塩でよくもみ、ぬめりや汚れを取ったら、水で洗い、沸騰したお湯で1～2分茹でます。

※茹でたお湯はアクを取って冷ましておきます。



2. シライトマキバイは1cm角程度、ねぎと紅しょうがは粗みじんに切ります。
3. 小麦粉を貝のゆで汁又はだし汁で溶いて生地を作り、30分ほど冷蔵庫で寝かせます。

4. たこ焼きプレートを温め、生地を流し入れ、シライトマキバイ、ねぎ、紅しょうが、揚げ玉を入れ、丸く焼き上げます。



5. 器に取り、醤油、マヨネーズをかけ、削り節をかけて完成。

※上にかけるソースは、おろしポン酢、お好みソースなどお好みでどうぞ。



【ひとくちメモ】

シライトマキバイ

エゾバイ科の巻き貝で、オホーツク海、北海道、日本海、東北太平洋の細砂泥域に分布します。12 cmくらいに成長します。

茨城県沖では、水深 150 ~ 450 mの海底に生息し、底びき網漁業や沖合かご漁業で漁獲され、標準和名の「シライトマキバイ」のほか、「ツブ貝」、「バイ貝」、「ベー貝」などと呼ばれます。

