

「サザエのさばき方(お刺身)」

用意するもの／スプーンまたはフォーク(柄の方を使います。)



① サザエの内側にスプーンの柄の部分
を刺します。(サザエのうずまきとは逆
向きに柄を差し込みます。)



② 貝に沿ってスプーンの柄の部分
を回すとフタが外れます。



③ 殻の内側にある内蔵と身がつながった
部分を指で外します。



④ 殻から内蔵と肝の部分が離れ、取り出
せます。



⑤ 貝柱と肝を外します。
頭の部分を真ん中で二
つに切り、赤い部分(サザ
エの口)を取り除きます。



⑥ 身からフタを外します。流水で綺麗に
洗います。薄く切り、盛り付ければお刺
身の完成です。