

ガザミ



尾道では「フタリガニ」とも呼ばれています。旬は秋から冬です。2月から5月頃のメスは卵を抱えています。

ガザミの酒蒸し

■用意するもの(1人前)

ガザミ

… 大1匹～中2匹くらい

酒(鍋等の底面から

2～3cm くらいの量)



■作り方

- ① 鍋に酒を入れて強火にかけます。
- ② 沸騰するまでの間にガザミの表面をさっと洗います。
* 軽くこするくらいで充分ですが、ケガをしないよう気をつけましょう。
- ③ 酒が沸き立つ直前に中火にして、ガザミを入れ、ふたをします。
- ④ 湯気が鍋から立ちのぼり始めるくらいで火を弱め、そのまま蒸し上げます。
- ⑤ 10～15分ほど蒸して、できあがり。

ガザミ



尾道では「フタリガニ」とも呼ばれています。旬は秋から冬です。2月から5月頃のメスは卵を抱えています。

ガザミの酒蒸し

■用意するもの(1人前)

ガザミ

… 大1匹～中2匹くらい

酒(鍋等の底面から

2～3cm くらいの量)



■作り方

- ① 鍋に酒を入れて強火にかけます。
- ② 沸騰するまでの間にガザミの表面をさっと洗います。
* 軽くこするくらいで充分ですが、ケガをしないよう気をつけましょう。
- ③ 酒が沸き立つ直前に中火にして、ガザミを入れ、ふたをします。
- ④ 湯気が鍋から立ちのぼり始めるくらいで火を弱め、そのまま蒸し上げます。
- ⑤ 10～15分ほど蒸して、できあがり。