

RESPONSIBLE
FISHING
SINCE 1976



白とり貝 レシピ



その他のレシピについては www.clearwater.ca、
または当社の Clearwater Seafoods YouTube
チャンネルにアクセスしてください。

clearwater.ca |     



REMARKABLE SEAFOOD, RESPONSIBLE CHOICE



白とり貝

カナダ北大西洋の冷たく透き通った海から持続可能な漁法で水揚げされた白とり貝は、柔らかい食感と貝の甘みに満ちた天然資源です。クリアウォーターが操業する漁獲加工船で水揚げされた原貝は、湯通し・脱殻・内臓除去・洗浄工程を通り漁獲後1時間以内に個別に急速冷凍されるために甘みを凝縮しています。陸揚げ後には地上施設でサイズ選別と出荷用梱包を行い、食の安全性を再度確認する微生物検査を経て皆様のもとにお届けします。

キッチン

クリアウォーターの白とり貝は、解凍後に簡単な処理をするだけでお手軽にお召し上がりいただけます。刺身や寿司種としてはもちろんのこと、カルパッチョや酢の物などにも合います。加熱調理を希望される方は、半身に切った後に内側を軽く炙って頂くことで香ばしさが増した味を楽しめます。炒め物や鍋料理等にお使いの場合は、食感が硬くなりすぎないようにお召し上がりの直前に加熱されることをお奨めします。



- 使いやすい個別凍結品によるサイズの均一性とコスト管理
- 解凍後そのままお召し上がり頂けます
- 要求に応じて使用できる便利なパッケージング

解凍方法: ご使用量を事前に冷蔵庫で一晩解凍することが最適ですが、素早く解凍する場合には、密封性のある袋に必要な冷凍白とり貝を入れて余分な空気を抜き、冷水流水に約10～15分程つけ、手触りで解凍状態を確認してください。室温や電子レンジ等を使用した解凍は避けてください。

カット方法



バタフライカット – 内側に。
白とり貝の内側に沿って身を通させないように包丁を入れてバタフライ開きにします。



バタフライカット – 外側に。
白とり貝の外側に沿って身を通させないように包丁を入れてバタフライ開きにします。



スライス。
白とり貝の中心部に包丁を入れて左右対称になるように切ります。



RESPONSIBLE
FISHING
SINCE 1976



目次

について白とり貝	3
白とり貝のカット方法	4
山椒オイルを使ったエメラルド-ジェイド 白とり貝	6
マスタードソースを使ったエメラルド-ジェイド 白とり貝	7
キャセロールのXO醤白とり貝	8
アスパラガスを使った白とり貝	9
豆鼓醤を使った白とり貝とサヤインゲン	10
スパイシーな豆鼓醤を使った白とり貝とタケノコ	11
甘酢と赤玉ねぎの白とり貝	12

山椒オイルを使っ たエメラルド-ジェイド 白とり貝



材料:

Clearwater 白とり貝	6個	レタス、スライス	100 g
新鮮な山椒、切り刻む	5 g	山椒オイル	5 g
白醤油	10 g	塩	5 g



作り方:

1. 解凍し半身にした白とり貝を軽く洗います。
2. 白醤油と山椒オイルでクラムに味付けします。
3. レタスのスライスを最初にお皿に盛り付け、その上に白とり貝を置き、新鮮な山椒をトッピングすれば出来上がりです。

マスタードソースを使っ たエメラルド-ジェイド 白とり貝



材料:

Clearwater 白とり貝	6個	きゅうり	1本
かぶのスライス	20 g	からし	3 g
白醤油	5 g		



作り方:

1. きゅうりを長さ10cm程に薄くスライスし、お皿の中央に向けて折りたたむように円形に並べます。
2. 解凍し半身にした白とり貝を軽く洗います。
3. 白とり貝、かぶのスライス、白醤油、からしを混ぜ合わせ、きゅうりの上に置きます。

キャセロールのXO醤白とり貝



材料:

Clearwater 白とり貝	8個	にんにく、みじん切り	10個
生姜、みじん切り	30 g	玉ねぎ、細かく刻む	30 g
シャロット、細かく刻む	10 g	イエローライスワイン	32 g
ホイシソース	2 g	コーンスターチ	2 g
コショウ		ごま油	15 g



作り方:

1. 解凍し半身にした白とり貝を軽く洗います。
2. 白とり貝に海鮮醤、コーンスターチ、コショウを混ぜ合わせます。
3. 鍋に油を加えて、中火～強火で熱します。生姜、シャロット、にんにく、玉ねぎを柔らかくなるまでかき混ぜながら強火で素早く炒めます。クラムを加えて15秒間混ぜ合わせます。
4. 炒めた料理を更に盛り付け、白とり貝にイエローライスワインをふりかけます。

アスパラガスを使った白とり貝



材料:

Clearwater 白とり貝	6個	アスパラガス	200 g
卵白	1	生姜、スライス	5 g
にんじん、刻む	3個	イエローライスワイン	3 g
シャロット、細かく刻む	5 g	塩	2 g
コショウ	1 g	コーンスターチ	2 g
オイスターソース	2 g	ごま油	15 g



作り方:

1. 解凍し半身にした白とり貝を軽く洗います。
2. アスパラガスの根を除去し、皮をむき細かくスライスします。熱湯で15秒間湯通しします。取り出して冷水に5分間浸します、脇に置いておきます。
3. 油を弱火で熱します。クラムを油に浸して5秒後に取り出します。
4. 白とり貝と豆鼓醬を鍋に加え、弱火で加熱します。
5. ごまとチリスレッドを加えてできあがりです。

豆鼓醬を使っ た白とり貝とサヤインゲン



材料:

Clearwater 白とり貝	8個	オリーブ油	15 g
サヤインゲン	100 g	にんにく、みじん切り	5 g
生姜、みじん切り	5 g	豆鼓醬	45 g
ごまガーニッシュ		チリスレッドガーニッシュ	



作り方:

1. 解凍し半身にした白とり貝を軽く洗い、水気を切ってコーンスターチに軽くからませます。
2. 白とり貝を沸騰した湯に3秒程つけた後に取り出し冷水に1分程浸します。
3. 鍋に油を加えて、中火～強火で熱します。サヤインゲン、にんにく、生姜を柔らかくなるまで強火で炒めます。
4. 白とり貝を甘酢で軽にかき混ぜます。
5. ごまとチリスレッドを添えます。出来上がりました。

スパイシーな豆鼓醬を使った白とり貝とタケノコ



材料:

Clearwater 白とり貝	8個	タケノコ	100 g
オリーブ油	15 g	シャロット、細かく刻む	10 g
にんにく、みじん切り	5 g	生姜、みじん切り	5 g
豆板醤	15 g	豆鼓醬	45 g
ごまガーニッシュ		チリスレッドガーニッシュ	



作り方:

1. クラムをスライスし洗って汚れを除きます。脇に置いておきます。
2. タケノコを長さ2 cmにカットし、軽くたたいて水気を取ります。
3. 鍋に油を加えて、中火～強火で熱します。タケノコ、シャロット、にんにく、生姜を柔らかくなるまで強火で炒めます。
4. クラム、豆板醤、豆鼓醬を加えます。温まるまで弱火で熱します。
5. ごまとチリスレッドを添えます。出来上がりました。

甘酢と赤玉ねぎの白とり貝



材料:

Clearwater 白とり貝	5個	コーンスターチ	5 g
沸騰したお湯	5カップ	甘酢ミクスチャー	
米酢	15 g	砂糖	10 g
水	15 g	漬け赤玉ねぎガーニッシュ	
カイワレガーニッシュ		大根ガーニッシュ	



作り方:

1. クラムをスライスし洗って汚れを除きます。コーンスターチに軽く混ぜて少しまぶします。
2. 水を沸騰させます。クラムを沸騰したお湯に3秒間加えます。取り出して、冷水に1分間浸します。
3. 小さいボウルに米酢、砂糖、残り水を混ぜ合わせます。
4. クラムを甘酢で軽くかき混ぜます。
5. 漬け赤玉ねぎ、カイワレ、大根を添えます。出来上がりました。

メモ: 漬け赤玉ねぎを用意するには、15 gの赤玉ねぎを細く刻んで、甘酢ミクスチャーに一晩マリネします。