

カニの味噌汁 (地元郷土料理)



©鳥取県

親がにか若松葉がにを丸ごと使用します。

- ①生のカニを水洗いし、包丁で縦半分(大きいものは1/4)に切ります。
- ②大根を短冊切りにし、カニと一緒に水から入れてアクをとりながら沸騰させます。
- ③大根がやわらかくなったら、酒、味噌、昆布だしで仕上げます。
- ④お好みでネギを入れてお召し上がり下さい。

松葉がに・親がにのゆで方



活ガニの場合そのままゆでると脚が外れることがあるので、真水にしばらく浸けて動かなくなってからゆでて下さい。カニがすっぽり入る大きめの鍋を使用して下さい。

- ①カニを水洗いし、海水より薄い塩味(1.5%~2%位)の熱湯に甲羅を下にして入れます。
- ②再沸騰したら火を弱め20~25分(大きいカニは長めに)カニがしっかりお湯に浸かるように落とし蓋をしてゆでます。
- ③ゆで上がったら流水でさっと洗い出来上がりです。

若松葉がにのゆで方



①カニを水洗いし、甲羅を外して胴体を二つに割り、カニミソを取り除きます。

- ②胴体に付いた灰色のひだを取り除きます。(ひだは食べられません)
- ③真水を沸騰させてからカニを入れ、落とし蓋をして再沸騰させます。
- ④再沸騰後、約3~5分ゆでたら冷水でさっと冷まして出来上がりです。

※松葉がにのように長時間ゆでると身が溶けてしまう場合があります

焼きガニ



- ①生のカニを水洗いし胴体と脚を切り離して表面を削ぐか、脚の縦半分に切れ目を入れます。
 - ②フライパン(ホットプレート)にアルミホイルをしき、カニを並べてフタをして焼きます。
 - ③身が白くふっくらしたら食べごろです。(焼きすぎると美味しくなくなるのでご注意ください)
- お好みで塩、レモン、しょうゆでお召し上がり下さい。

カニすき



【材料】生のカニ、昆布だし、白菜、シイタケ、エノキ、ネギ、春菊、豆腐(すでにゆでであるカニは使用しないでください。)

- ①カニを水洗いし、さばきます。
- ②鍋に昆布だしをとり、沸騰させます。
- ③カニを入れ、身が白く変われば食べごろです。
- ④カニを味わったら野菜を少しづつ加え、ポン酢かだし汁でお召し上がり下さい。(カニのゆですぎにご注意下さい)



♪はカニ雑炊

- ①鍋の中の具を引き上げ、だし醤油で味を付けます。
- ②水洗いしたご飯を入れて沸騰させます。
- ③溶き卵を入れ、フタをして2~3分蒸らします。
- ④お好みでネギ、もみ海苔を入れてお召し上がり下さい。

松葉がにの甲羅ミソ焼き



- ①生のカニミソを甲羅に入れ、アルミホイルを敷いて火にかけます。
- ②弱火でゆっくりとろみが出るまで10~15分ほど煮込みます。
- ③酒を少量混ぜ入れ、3分ほど煮るとお召し上がり頂けます。(若松葉ガニのミソはいったんザルにあげて余分な水分をとり除いてから火にかけて下さい。苦みがあるのでお好みで酒、みりん等で味付けをしてお召し上がり下さい。)

カニ刺し



※活きのよい活ガニのみを使用して下さい。

- ①脚を胴体から切り離し、脚の殻を削ぎ取り除きます。(ピーラーとキッチンばさみを使用すると簡単です)
- ②赤い薄皮を取り除きます。
- ③氷水にしばらく浸けると身が白い花のように広がります。
- ④氷水からあげてキッチンペーパーで水分をふき取り、しょうゆかポン酢でお召し上がり下さい。