

・あさりの貝柱をつるっと取る方法

あさりを食べる時に貝殻に残る貝柱。ちょっと勿体無いと思いませんか。

実は貝をびっくりさせてから火を通すとつるんと外れる可能性がアップします。少しの手間でちょっとうれしいお得技です。

\*あさりの貝柱をスルリととる方法

昔からの言い伝えでは「あさりの殻をくすぐると貝柱が外れる」と言われています。

これは当たりといえば当たりですが、あさりを一つ一つくすぐるもの面倒ですね。

あさりの貝柱は閉殻筋といわれる筋肉です。

貝柱（閉殻筋）の接着強度は40℃で最大、100℃で最小と考えられています。

ということはよく火を通せば外れる？と思いませんか。

でも実際のところ、沸騰したあさり汁のあさりの貝柱もスルリと取れるわけではありません。

ポイントは貝柱（閉殻筋）が緊張状態で加熱されると殻からスルリとはずれる可能性が高いということです。

閉殻筋を緊張状態にするためには「あさりを驚かせる！」のが一番簡単です。

具体的にはあさに火を通す直前にガラガラと洗って貝をぎゅっと閉めさせて貝柱に力がかかっている間に火を通しましょう。

そうすれば貝柱が殻からスルッと外れるストレスのないあさり料理が食べられます。

ちなみにあさりの砂だしについてですが、あさは砂の中に潜って生活しているので砂をかんでいる事があります。

砂はどこにあるかと言えば身と殻の間に入っています。

なので砂抜きを効率的にするなら殻を開けさせるのがいいので貝の住んでいる環境においてやるというわけです。

バットのようなものに海水程度3%の塩水に重ならない様につけて静かにおいておくといいですね。

上に新聞紙などをおいて暗くしてやるとさらに良いです。

でも実は貝殻が開いても殻のくぼみに砂があれば出てこない事もあります。

そんな時はあさが足を出すと砂が出やすいので、あさが体勢を変えたい様に静置するといいいでしょう。

というわけで貝の砂抜きを確実にする方法はありませんが、砂を料理に入れない方法はあります。

一般的なのは貝が開いてからの振り洗いです。砂は貝の体内にあるわけではないので、貝が開いてしまえば振り洗いをするだけで取れます。

でも一つ一つ洗うのは大変だし、まとめて洗うほど煮汁がない場合も有ります。

その場合は55度くらいのお湯につけて3分ほど置くと殻が開いてきます。貝は死にますが細胞は60度に達していないので旨味の流出はほぼありません。

この状態で振り洗いするとそこそこ砂が抜けます。

でも貝が半死半生なので貝柱はスルリと取れなくなりますのでご注意ください。

ちなみに水管は水を吸い込んで不純物を濾しとって栄養分にするためにあるので、水管が出る出ないは砂と直接の関係はありません。

あさりの事を知って上手に料理をしましょうね！

### ○うまみを重ねるあさりと豚肉の炒め蒸し ペンネ入り<2人前>

にんにくみじん切り	1片
唐辛子	1本
オリーブオイル	大さじ1 + $\alpha$ 仕上げ用
豚肉切り落とし	180g (塩こしょうして粉をつける)
薄力粉	大さじ1
あさり	20個
オリーブ	6個
白ワイン	大さじ2
トマトの角切り	1個分
パセリのみじん切り	
茹でたペンネ	50g

- 1、フライパンにオリーブオイルとにんにくと唐辛子を入れて火にかける。
- 2、にんにくが色づいたら塩、こしょうして薄力粉をつけた豚肉を加えてさっと炒める。
- 3、貝とトマトを加えて白ワインを注ぎふたをする。
- 4、貝が開けばゆでたペンネを混ぜて塩味を確認して完成！パンを添えて食べましょう。

豚肉にあさりの旨味を足してダブルスープで旨味が倍増します。

あさりとトマトと豚肉の旨みを重ねておいしさを倍増させましょう！