



# お手軽・簡単

カニつめを使用したおすすめメニューです。  
バラエティ豊かな食卓を演出しましょう。



## アーモンド揚げ



酒、生姜汁、ごま油、塩、コショウでカニつめに下味をつける。  
これに片栗粉、溶き卵、アーモンドスライスをつけて中温の油  
で色よくカラリと揚げる。

## ブイヤベース



ニンニク、赤唐辛子、玉ねぎのみじん切りをオリーブ油で炒め、白ワイン、トマトの水煮、トマトソースを加えアクをとり  
ながら煮る。カニつめ、白身魚、あさりを入れ貝の口が開いたら  
出来上がり。パセリのみじん切りをかけてどうぞ。

## カニつめの天ぷら



カニつめはよく水気をふきとり、軽く小麦粉をまぶしておく。  
天ぷら衣を作り、カニつめの肉の部分に衣をつけ、高温の油で  
カラッと揚げる。ししとうの素揚げとレモンのくし形を添え  
て出来上がり！

## グラタン



みじん切りの玉ねぎ、スライスしたマッシュルームとカニつめ  
をバターで軽く炒め、ホワイトソースと混ぜる。塩、コ  
ショウ、生クリームで味を整え、高温のオーブントースターで  
焦げ目がつくまで焼き、パセリのみじん切りをかける。