

## あさりの砂抜き方法

アサリの殻同士をすり合わせて洗う

ボウルをきれいにして、水と塩3%（水 500ml に塩大さじ1 の割合）を入れて溶かし、あさりがひたひたになる程度の塩水をつくる。

あさり同士が重なり過ぎないようにしてボウルに入れる



塩の種類は、食塩でも粗塩でも。水温も特に気にせず、水道から出した温度のまま大丈夫です（夏場は、冷暗所に置くと良いでしょう）。生息環境に合わせるため、塩水の塩分濃度は海水と同じ3%で。水 500ml に対し、大さじ1 の塩が目安です。濃すぎたり薄すぎたりすると、砂がしっかり抜けないなど失敗につながるので注意しましょう。

塩水の量は、あさりの上部が少し出るくらいで、1 パック 400g ほどのあさりなら 500ml もあれば十分です」

砂抜きは常温で 30 分程度置く

あさりを入れたボウルにアルミホイルをかけ、ふたをする。このとき密閉しすぎないようにゆるめにふたをする。常温のまま、静かな場所で 30 分ほど置いて砂抜きする。

