



えびのマヨネーズ和え

可児市／富岡未央さん

甘み ★★★★★
ぶりぶり感 ★★★★★
下ごしらえの便利さ ★★★★★



いつもはもう少し小さなえびで作りますが、ブラックタイガーえびを使うと、ご馳走感が増えて家族も喜んでくれました。わずらわしい下処理作業が不要なのも良かったです。プリプリ食感に、家族揃って大満足でした。



いくらでも食べれちゃう♡



材料 えび…16尾
3~4人分 塩…少々
ホワイトペッパー…少々
酒…小さじ2
卵白…1個分
片栗粉…小さじ4
サラダ油…小さじ2
サラダ油…大さじ2(焼き用)

[A] マヨネーズ…120g
トマトケチャップ…小さじ1
ジン(酒)…小さじ1
コンデンスミルク…大さじ1
エバミルク…大さじ1
カシューナッツ(刻む)…20g
野菜(レタスなど)…適量

作り方 ① Aをよく混ぜ、チャック袋などに入れて冷やしておく。
② ボウルにえびを入れ、塩、ホワイトペッパー、酒を加え、手でよく混ぜる。卵白を加えて、さらに泡立つくらいまでよく混ぜたら、片栗粉を振り入れ、サラダ油を加えて上下を返してよく合わせる。
③ フライパンにサラダ油を熱し、えびを下味ごと入れ表面を焼き固める。火が通ったら網つきのパットに取り、余分な油をきる。
④ ①とエビを和える。
⑤ 皿に野菜を盛り、その上にえびをのせる。残ったソースをかけて、刻んだカシューナッツをあしらう。

えびと長芋の春巻き

本巣市／白井智美さん

尾の先のカットまでしてくれているので、気軽に使えて良かったです。大きくて甘みもあり、とても美味しかったです。

甘み ★★★★★
ぶりぶり感 ★★★★★
下ごしらえの便利さ ★★★★★



材料 えび…4尾
10本分 春巻きの皮…10枚
長芋…200g
チーズ…100g
枝豆…適量

(ソース)
ケチャップ…大さじ3
マヨネーズ…大さじ3

作り方 ① えびは一口大に切る。
② 長芋はビニール袋などにいれ、食感が残る程度にたたく。
③ 春巻きの皮に①②、枝豆と適当な大きさに切ったチーズをのせて包む。
④ 油で揚げ、ケチャップとマヨネーズをあわせたソースでいただく。

おおきくてびっくり♡

えびのオイマヨ

大垣市／富田さん

味もしっかりしていて、解凍してすぐ調理でき扱いやすかったです。「バラ凍結」で取り出しやすく、サラダなど、ちょっと使いたいときに助かると思いました。普段あまり食べない子どもも、美味しい！とたくさん食べました。

甘み ★★★★★
ぶりぶり感 ★★★★★
下ごしらえの便利さ ★★★★★

材料 えび…15匹
3~4人分 片栗粉…大さじ1と1/2
サラダ油…適量
ネギ(小口切り)…適量

[A] オイスターソース…大さじ1
マヨネーズ…大さじ2
しょうゆ…小さじ1/2
砂糖…小さじ1/2
酒…小さじ3/1

作り方 ① えびは水気を取り、片栗粉をまぶす。
② Aを合わせて、小口切りにしたネギも加えておく。
③ フライパンにサラダ油をひき、えびを炒め、色が変わったら②を入れてからめる。



ぶりぶりでおいしい!!

Q どこでどうやって育てられるの？

生まれはインドネシアのタラカン。地形を活かした養殖池に稚えびを放流。えさは与えず、豊かな海のプランクトンや藻などを食べて大きくなります。抗生物質などの投薬もありません。他の養殖方法に比べて環境への負荷も少なく、ストレスの少ない健康的なえびが育ちます。

Q 下ごしらえは、どこでだれがしているの？

水揚げ後、池から近い、品質管理の行き届いた加工会社で、鮮度のよいうちに加工されます。殻取りやカットなど現地スタッフが1尾ずつ丁寧に、手作業で行っています。

Q シングルフローズンってなに？

現地で加工後、マイナス40度の冷風で急速冷凍。1度も解凍せずに組合員さんにお届けします。一般的には現地から輸入後、国内で解凍、再凍結するものが多いです。

Q 現地から直接届くの？

えびは一旦、愛知県蒲郡市にある丸千水産さんに届きます。凍ったままの状態、人の目、金属探知機による検査、検量を経て、ようやく最終包装されます。

Q どこまで下ごしらえしているの？

面倒な下処理を済ませてあるので、あとは調理にかかるだけ。

Q どうやって解凍したらいいの？

前日から、冷蔵庫でしっかり解凍がベストです。当日解凍する場合は常温で。急いでいるときは流水で解凍します。旨みが逃げないように、えびに直接水をつけないのがポイントです。

● 丸千水産 高木 健一 さんに聞いた、えびを美味しく調理するコツ ●



解凍したえびは表面のヌメリ、水分を拭き取ります。えびの身質の大半は水分ですので、水分を取りすぎないように注意しましょう。加熱しすぎると身が固くなるので、短時間調理が基本です。中心まで加熱するために、しっかり解凍して、短時間で調理すれば美味しく食べていただけますよ。

コープぎふの職員も植樹を行っています!



養殖池を掘ったあとは、自然を守るためにマングローブを植樹しています。

現地加工会社、丸千水産さん、東海コープが協力して、マングローブの植樹を行っています。コープの森づくりマークのついた商品を利用すると、代金のうち1円が植樹に役立てられます。

生協のブラックタイガーえびのヒミツ

下ごしらえ済み



身の締まった健康的なえびに育ちます



鮮度を保つために水をたくさん使っています



新鮮な状態のまま届きます

臭みの原因となる背わたも丁寧に取ります

殻取り

組合員さんの声で尾の先をカット油ハネしにくくなります



お腹に切れ込みえびフライもまっすぐに揚がります

ぎゅっと押して伸ばす

ビニールに入れて口を固く縛り、流水につけてください

1尾ずつバラバラに冷凍されているので必要な分だけ取り出せますよ!!



ブラックタイガーえび下ごしらえ済[Ⓢ] 500g (28~32尾)

1月3週はベストプライス
本体価格 2180円 税込価格2354円
160g (10尾)
本体価格 780円 税込価格842円

CO-OP