

No.	料理名	石貝のしぐれ煮
	(材料 1人分) 石貝むきみ 30g しょうが 2g 濃口しょうゆ 3g 三温糖 3g 酒 1g 梅酒 0.5g	
(作り方) 石貝は洗って水気を切る。 しょうがはすりおろす。 鍋に と濃口しょうゆ、三温糖、酒を入れて煮立て、 を入れ煮る。 水分が無くなったら梅酒を入れる。		

[栄養価 エネルギー：25kcal 蛋白質：2g 脂質：0.1g]

琵琶湖の魚介類 石貝

石貝というのは、琵琶湖にいるイシガイ科の二枚貝のことです。
 イシガイという名前の貝の他にも、同じイシガイ科のタテボシガイなどをまとめて石貝と呼んでいます。



石貝の旬は2～3月です。琵琶湖中に生息していますが、時期によって場所を変えながら漁をしています。

大津市堅田に加工場があり、茹でたり、むき身にする加工をしたりして出荷されています。