



3 網
採った貝を入れる為の網。網に入れた貝を水洗いするのにも便利です。持参してもよいですが、大体の潮干狩り会場で販売しているので、現地調達でも問題無いでしょう。

4 保冷剤
貝を鮮度よく持ち帰る為には必須です。こちらも現地で売っている事が多いので、事前にチェックしましょう。

5 タオル
日差し除けに、汗拭きに足拭きに万能です。

6 着替え
思った以上に汚れます。念の為替えの服は持って行くと安心です。

7 日焼け止め
日差しを遮る物が何もない為、想像以上に日焼けします！

8 折り畳み椅子
腰をかめての長時間の潮干狩り作業は意外に腰に来ます。座ったまま作業できる折り畳み椅子は、荷物に余裕があるなら1つ持って行くと重宝します。

9 行動食
一生懸命貝を掘っていると結構お腹が空いて来ます。元気いっぱいざくざく掘り続ける為にも、おにぎりなどさっと食べてお腹を満たせる物があると作業効率も変わって来ます。

日よけの帽子
長時間の潮干狩り作業には必須です！体力の消耗具合も違います。

長靴等濡れてもよい靴
砂も海水も沢山靴内に入ってくる。防水性のある靴やサンダル等がよいでしょう。

汚れてもよい服装
夢中になって掘っていると意外に泥がついてしまいます。おろしたての服や汚れが目立つ色柄の物は避けた方が賢明です。

水着
小さいお子様の場合、最初から水着で潮干狩りをするという手もあります。

その1 『干潮』までに潮干狩り会場に到着しましょう

砂浜の潮が一番引くのが『干潮』『干潮』前後の1-2時間が潮干狩りには適した時間とされています。予め『干潮』の時間を調べて、会場には余裕を持って到着しましょう！



その2 やみくもに掘るべからず
あさはり**は5-6cmの深さ**に生息しています。「1匹見つけたらその周りに20-30個いる」と言われています。熊手の「がりっ」とした感触を感じたら、その周辺を手で掘り返すのがおすすめです。
あさはりは以下のポイントによくいる、と言われています。
●**傾斜地**
●**海浜のたまっているところ**
以上のポイントをよくよく観察してみると、小さい穴が開いている事があります。それはあさがいるサイン！お見逃しなく！

採った貝を真水でよく洗い、水を切る	
※	海水でのみ生じられる食中毒菌が付着している場合があります。しっかり洗いましょう！
※	※ 真水 で洗うのがコツ！
※	
貝を保冷剤と一緒にクーラーボックスや発泡スチロールに入れる。	
※	※ 真水 に漬けての持ち帰り
※	※ 貝の鮮度が落ちてしまいます。
持ち帰った海水や塩水で砂抜きをする。	
余った貝は冷凍するのがおすすめです。冷凍した貝は凍ったまま味噌汁や酒蒸しに利用が可能。	

持ち帰ったあさはり鮮度抜群！海水で砂抜きした後は、食べきれない分は冷凍するのがオススメです。「冷蔵だと1〜2日」しかもちませんが、「冷凍では3週間」保存可能！冷凍したあさはり、解凍しないでそのまま料理に使えるので、料理の短縮にもなる上、旨味もアップするそう！



■あさりの砂抜き方法
1. あさりを洗う
こすり合わせるようにして洗います。
2. 3%に濃度の食塩水にあさりをひたす
ここで役立つのが潮干狩り会場から持って帰った海の水。砂の抜け具合が断然違います。あさがひたひたになる位の海水（なければ自作の塩水でも可）に浸します。
3. 新聞紙やアルミホイルをかぶせる
常温の場合は2〜3時間。夏場などは冷蔵庫で4〜5時間で砂抜き完了。
4. 真水で洗う

■あさりの砂抜き方法（時短ver）
※**冷凍せずにすぐに食べるならこの方法もおススメ**
1. 50度のお湯にあさりを入れ、3分待つ。
2. すべてのあさりの口が開いたら、お湯の中であさりをこすり合わせるように洗う
3. お湯からあさりを出し、水できれいに洗う 一度熱を加えているので、すぐに調理しましょう。

■あさりの冷凍の方法
1. 砂抜きしたあさをペーパータオルでしっかり水気を拭き取ります。
2. 冷凍用保存袋に入れて、空気を抜き、袋を閉じます。
3. アルミホイルやステンレスのトレイの上にのせ（急速冷凍して旨味を逃がさないため）冷凍します。冷凍で3週間保存可能です。

■冷凍したあさりの使い方
解凍きで冷凍したあさはり自然解凍すると、殻が開かなくなります。必ず「凍ったまま調理」

