

ご挨拶

この度私共は、ミャンマーにてソフトシェルクラブを冷凍し、
使いやすいよう1個ずつの個包装にて、大きさを揃えて加工し、
直輸入することが実現致しました。

それに伴い、価格を格段に下げて販売することができるようになりました。
使いやすいように大きさを整へ、価格を格段に下げたの流通が実現していることにより、
扱うお店も増えて参りました。

「話題になる食材、集客につながる食材、注目を集める食材」
として、期待を集めております。

ソフトシェルクラブは、主食、おつまみ、副菜、等々、
バリエーション豊富な料理に仕上がる、栄養豊富な優れた食材です。
是非、私共のソフトシェルクラブを扱って頂き、ご縁させて頂きたく、
よろしくお願い申し上げます。

ソフトシェルクラブについて

ソフトシェルクラブとは、柔らかな (Soft) 殻 (shell) のカニ (crab) を意味し、
そのまま名前になっております。

脱皮した直後のカニは殻が柔らかく、殻ごと食べることができ、
カルシウムが効率よく摂取できる優れた栄養食です。

日本では5年程前に各飲食店で扱われ、一時的ではありますが話題になりました。

しかし、当時は高価な食材であった上、大きさが不揃いであったりと、
使いやすい商品ではありませんでした。

継続して扱うお店、企業は少なく、現在は一部のお店のみが扱っているに過ぎません。

現在はソフトシェルクラブを提供しているお店が少ないので、

「名前は聞いたことがあるけど食べたことがない。」

と、おっしゃる方がほとんどなのです。

食の文化が進み、食材豊かな日本ですので、まだ食べたことがない食材は、

今や日本では数少ないものと言えるでしょう。

従いソフトシェルクラブは、

今後脚光を浴びる可能性が大きく、

お店の注目メニュー、集客力のあるものとして、

いち早く導入する価値のある食材と言えます。

ソフトシェルクラブの調理法

揚げたソフトシェルクラブをそのまま塩で食べたり、
洋風にタルタルソース、クリームソース、トマトソース、
和風到大根おろし添え、韓国風にケジャンソース、エスニック風にカレーソース、等々、
様々なソースに合わせ、お楽しみ頂くことができます。

揚げて食感を良くしたソフトシェルクラブをサラダに入れたり、
レタスやライスペーパーに各種のソース、タレと共に巻いて食べるのも、
おつまみ、おやつとして、とても楽しめる一品になります。
パスタに入れると、カニの濃厚な風味が味わえる贅沢なパスタになり、
多種多様な料理に使うことができる食材と言えます。

揚げて食べる以外にももちろん用途は多くございますが、
揚げることにより、食感が良くなり、風味が良くなりますので、
一度揚げたソフトシェルクラブにアレンジを加える調理法が、適しているものと考えます。
しかし、その揚げ方により、美味しさが格段に変わってしまいます。
外はカリカリになり、中身がジューシーになるよう揚げるのが、
最も美味しく食べられる揚げ方です。

ソフトシェルクラブ 揚げ方のコツ

・揚げるためのバター液を作ります

強力粉100g、薄力粉100g、水400cc、たまごMサイズ1個、の分量を混ぜます。

(強力粉を使用すると、薄力粉のみの時より一層カリッと揚がりますので、是非ご利用ください。
たまごはなくても可能ですが、たまごを使用すると、揚げ上がりのふんわりとした感じが出ます。)
天ぷらを揚げるのと同じイメージですが、天ぷらを揚げる時よりも、かなりゆるい状態です。

・冷凍のソフトシェルクラブを解凍致します

冷凍のソフトシェルクラブをぬるま湯に袋ごとつけます。

冷凍の状態から出すと、爪、足、が、切れてしまうことがありますので、

1～2分ぬるま湯につけた後、袋から取り出し、取り出したものを、

またそのままぬるま湯につけます。

ぬるま湯にソフトシェルクラブを入れた際、最初は上に浮いておりますが、

しばらくすると下に沈みます。

沈んだ時が、揚げるのに適している半解凍状態であり、解凍完了の合図とお考えください。

(概ね3～5分程です)

・ソフトシェルクラブを揚げます

ソフトシェルクラブをぬるま湯から出し、表面の水気を拭き取り、適当な大きさに切り分けます。

半解凍の状態で切ると、身がくずれないのと共に、中身のミソが流れ落ちません。

切り分けたソフトシェルクラブに、用意致しておりますバター液を全体に付け、

170度の油で2分間～2分半揚げます。

その後、一度油から取り出し、そのまま2分間おきます。

さらに1分間揚げればでき上がりです。

(焦げないように注意して揚げてください)

2度揚げをすることにより、外はカリカリ、中身がジューシーな仕上がりになります。

食感、風味がとても良くなり、噛む度に、蟹本来の旨味を楽しむことができます。

・揚げたソフトシェルクラブを盛りつけます

盛りつけは料理により異なりますが、

全体的に少し紅っぽく仕上がりますので、

レモンと共に緑色の野菜等を添えると、

見た目も美しく、美味しそうな盛りつけになります。

皆様独自の調理で、より美味しいソフトシェルクラブ料理をお作り頂き、

楽しい食事のお時間になりますれば、幸いです。

ミャンマーからの独自直輸入だからこそ実現できたこの価格で、

便利なレシピ集付きです。

是非、この機会に扱い頂きたく、

よろしくお願い申し上げます。

平成24年1月27日

美味しん坊クラブ

商品提案書

ソフトシェルクラブ～さくさく唐揚げ ガーリック風味～



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」を、人気の高い唐揚げに仕上げました。メインにも副菜にも色々合わせやすく、幅広いメニュー作りに広がる料理方法です。

【特徴】

ソフトシェルクラブの特徴を一番感じやすい料理方法です。

殻ごと食べられる＝「食感が楽しめる、カルシウムが取れる。」といった、イメージの提供ができます。

【使用例】

- ①揚げ方のコツ、に記載のバター液に、塩、コショウ、ガーリックパウダーを入れ、よく混ぜます。
- ②揚げ方のコツ、に記載している通りに揚げます。

～バリエーション～

- ・ガーリックパウダーの代わりに、カレー粉を使用しても美味しいです。

【使用量(参考)】

(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
食塩	2g
コショウ	0.5g
ガーリックパウダー	2g
すだち	(添え物)

商品提案書

ソフトシェルクラブ ～中太巻き 2種～



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」を、巻寿司に仕立てました。
 カニとご飯という組合せを、ボリューム感を出して商品にしたご提案です。
 巻物と一緒に合わせるソースで、和食、洋風、エスニック、様々仕立てやすい料理です。

【特徴】

ご飯と唐揚げといった、ボリューム感も食べ応えもある巻物は、ちょっとした時に食べたい料理です。
 見た目の華やかさも、他の食材には出せないものに仕上がりました。

【使用例】

①揚げ方のコツ、に記載している通りに揚げます。

～のり巻～

①醤油とマヨネーズを混合します

②海苔、酢飯を敷き、
揚げたソフトシェルクラブ、サニーレタス、①
マヨネーズを入れて巻き、カット致します。

～裏巻～

①酢飯を敷き、揚げたソフトシェルクラブ、
サニーレタス、タルタルソースを入れて巻きます。

②とびっこを周りにつけて、カット致します。

【使用量(参考)】

(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
～のり巻～	
酢飯	100g
醤油マヨネーズ	10g
揚げたソフトシェルクラブ	50g
サニーレタス	1枚
海苔	1/2枚
～裏巻～	
酢飯	100g
タルタルソース	10g
揚げたソフトシェルクラブ	50g
サニーレタス	1枚
とびっこ	10g

商品提案書

ソフトシェルクラブのフリットサラダ仕立て～トマトスパイシーソースで～



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」をイタリア料理のフリットに仕立てました。
 色々な野菜と組み合わせることで、季節感や彩りを出す演出に仕上げられます。
 スパイシーなソースと合わせることで、アルコール類、ドリンクとも相性ピッタリな料理です。

【特徴】

トマト等、野菜ベースのソースと合わせます。
 揚げたての食感、野菜のフレッシュ感あるソースとのバランスを楽しめる料理となります。

【使用例】

- ①揚げ方のコツ、に記載のバター液に、
塩、コショウ、パセリを入れ、よく混ぜます。
- ②揚げ方のコツ、に記載している通りに揚げます。
- ④マスタードの効いた、
酸味が強めのトマトソースと合わせます。

～バリエーション～

※グレープフルーツなど、
酸味のある果物とも相性がよいです。

【使用量(参考)】

(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
食塩	2g
コショウ	0.5g
パセリ	適量
トマトソース③	
トマト(ざく切り)	1/2ヶ分
粒マスタード	5g
白ワイン	10g
ブイヨンスープ	100g
野菜	
パプリカ	適量
ミニトマト	適量
クレソン	適量

商品提案書

ソフトシェルクラブ ～中華風 五目あんかけ～



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」を、一番人気の唐揚げにした後、とろーりとした五目あんかけを合わせ、中華風の味付けに仕上げました。下味等で辛みや酸味の調整が効きやすいです。

【特徴】

一口サイズにソフトシェルクラブをカットしてから揚げることで、五目あんかけとの絡みもよくなります。ソースに特徴を持たせることで、様々なバリエーションに広がるメニューです。

【使用例】

- ①揚げ方のコツ、に記載のバター液に、塩、コショウ、を入れ、よく混ぜます。
 - ②揚げ方のコツ、に記載している通りに揚げます。
- ～五目あんかけ～
- ①たけのこ・人参・玉葱・しいたけ・ブロッコリー他、食べやすい大きさにカット致します。
 - ③フライパンに生姜を入れて香りがたったら、野菜を入れて炒めます。
 - ④中華スープ、酒、オイスターソース、砂糖、塩、コショウ、で味をつけます。
 - ⑤水溶き片栗粉でとろみをつけ、ごま油で香りをつけます。

【使用量(参考)】

【使用量(参考)】	
(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
食塩	2g
コショウ	0.5g
たけのこ	10g
人参	10g
玉ねぎ	10g
しいたけ	5g
ブロッコリー	10g
きくらげ(乾燥)	3g
みじん切り生姜	5g
中華スープ	200g
酒	20g
オイスターソース	8g
砂糖	5g
塩	2g
コショウ	0.5g
片栗粉(水とき)	適量
ごま油	適量

商品提案書

ソフトシェルクラブとトマトのアラビアータスパゲティ



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」を揚げ、パスタのメインに仕立てました。
野菜だけのパスタに、ボリューム感や見た目でのアクセントをつけられる料理です。
パスタ以外にも、米粉のパスタ等でもぴったりな、シンプルな味付けでのご提案です。

【特徴】

揚げもののサクサク感を出しながらも、女性にカロリーを気にしないで食べて頂けるよう、
見た目も綺麗に仕上げております。
高級感を出すことができ、パスタの味付けにバリエーションもつけやすい商品です。

【使用例】

- ①揚げ方のコツ、に記載のバター液に、
塩、コショウ、パセリを入れ、よく混ぜます。
- ②揚げ方のコツ、に記載している通りに揚げます。
- ③パスタ(ペンネ、米粉麺でも可能)を茹でます
- ④オリーブオイルをフライパンに入れ、
にんにく、パセリ、鷹の爪を入れて火にかけます。
- ⑤きつね色になってきたら、
ダイストマトをいれて煮込みます。
- ⑥パスタを入れて、塩コショウで味を整えます

～バリエーション～

大き目カットで他の野菜を入れても美味しいです。

【使用量(参考)】

(約1人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
食塩	2g
コショウ	0.5g
スパゲティ	80g
みじん切りにんにく	1片
オリーブオイル	適量
鷹の爪	1本
パセリ	少々
塩	適量
コショウ	適量
ダイストマト	100g

商品提案書

ソフトシェルクラブのバッポン風カレー ※タイ料理



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」を炒めて、カレーソースのメインに致しました。揚げるだけでなく、たっぷりの野菜と一緒に炒めることで、食感も楽しめるように仕立てています。カニとカレー、だれでも想像できる味付けで、昼のランチにも人気になる料理です。

【特徴】

カニをそのままぶつ切りにして使用することで、カニ本来の旨みがカレーソース全体に行きわたるように致しました。辛さの調整で年中メニューとできる料理です。

【使用例】

- ①揚げ方のコツ、
に記載している通りに解凍致します。
- ③食べやすい大きさに、一口大にカット
- ④レモングラスを斜め切りにして叩きます
- ⑤お湯にレモングラスとソフトシェルクラブを入れ、茹でます。
- ⑥玉ねぎ・ピーマンを一口大、セロリの茎は短冊、葉は飾り用として切ります。
- ⑦牛乳、チリ・イン・オイルを入れて良く混ぜ、塩・砂糖・うまみ調味料を入れて味付けをします。
- ⑧中華鍋を温めて油をひき、ココナッツミルクを入れてなじませます。鶏肉・カレーパウダーを入れ炒めます。
- ⑨野菜とソフトシェルクラブ、⑥を入れ、全体に火が通るまで炒めます。
(ガラスープ等を入れてもよい)
- ⑩皿に盛り付け、セロリの葉を添えます。

【使用量(参考)】

(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	150g
鶏挽き肉	50g
玉ねぎ	1/2ヶ
グリーンピーマン	1/4ヶ
レッドピーマン	1/4ヶ
牛乳	80ml
ココナッツミルク	30ml
レモングラス	1本
チリ・イン・オイル	3g
カレーパウダー	5g
油	10g
食塩	5g
砂糖	8g
うまみ調味料	3g
セロリ	1本

商品提案書

ソフトシェルクラブ ～スパイシー南蛮漬け～



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」を揚げ、南蛮風に仕立てました。衣に様々な味をつけることで、野菜の旨み、甘酢の酸味で、バランスがよい仕上がりとなっております。

一品料理、付け合せ、どのようにも味のバリエーションが膨らみます。

【特徴】

鰻などの魚介南蛮漬けより、ソフトシェルクラブを使用することで、ボリューム感も食べ応えもあるように仕上げられます。

【使用例】

- ①揚げ方のコツ、に記載のバター液に、塩、コショウ、を入れ、よく混ぜます。
- ②揚げ方のコツ、に記載している通りに揚げます。
- ③アスパラは薄めにスライスし、軽く油で揚げます。
- ④ごま油を加熱し、赤唐辛子を入れて炒めます。
- ⑤甘酢、醤油、玉ねぎスライス、人参スライス、具財全てをを混ぜ合わせて炒めます。

～バリエーション～

※赤唐辛子の量で辛さ調整が出来ます

※季節の野菜を使用することで、彩り豊かにすることができます。

【使用量(参考)】

(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
塩、コショウ	適量
玉ねぎ	1/2ケ
グリーンアスパラガス	2本
人参	1/8本
揚げ油	適量
甘酢	70ml
醤油	10g
赤唐辛子(刻み)	少々
ごま油	10g

商品提案書

ソフトシェルクラブの香草フライ ～タルタルソース添え～



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」を、香草を入れたパン粉をつけ、フライ仕立てに致しました。蟹の甘味が感じられる揚げものです。
小さくカットして、おつまみ感覚の一口サイズで食べられます。

【特徴】

一口サイズにソフトシェルクラブをカットしてから揚げることで、様々な用途に使用できる料理です。タルタルソース以外にも、チリソース・アボカドディップなど、何にでもよく合います。

【使用例】

- ①揚げ方のコツ、に記載のバター液に、塩、コショウ、を入れ、よく混ぜます。
- ②揚げ方のコツ、に記載している通りに揚げます。
- ③パン粉にドライパセリ・ハーブ等を混ぜ合わせ、全体にまぶします。
- ④ゆで卵・ピクルス・らっきょう・ブラックオリーブ、全てみじん切りにし、マヨネーズと和えます。

※小麦粉にカレー粉を合わせ、美カレー風味でも美味しく召し上がれます。
※タルタル以外にも、チリソース・アボカドディップ・ガーリックソース等、何にでもよく合います。

【使用量(参考)】

(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
塩、コショウ	適量
卵	1ヶ
パン粉	1カップ
ドライパセリ	適量
ハーブ各種	適量
マヨネーズ	40g
固ゆで卵	2ヶ
ピクルス	3本
らっきょう	5～6ヶ
ブラックオリーブ(種なし)	3ヶ

商品提案書

ピリッと！ケイジャン風ソフトシェルクラブ



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」を、辛めでスパイシーなケイジャン仕立てに致しました。ビールとの相性も良く、さくさく食べられるように致しました。ケイジャンチキンとは一味違った、食感を楽しめる新しい料理方法です。

【特徴】

アメリカ南部で生まれたカイエンペッパーを主とし、ピリッと辛く、風味が豊かなスパイスをたっぷり使用致しました。季節を問わずビールにピッタリ合う一品になります。

【使用例】

- ①揚げ方のコツ、に記載のバター液に、塩、コショウ、ニンニクのすりおろし、生姜のすりおろし、タイム、オレガノ、カイエンペッパー、ブラックペッパー、パプリカ粉末、搾ったレモン、オリーブオイルを入れ、混ぜ合わせます。
- ②揚げ方のコツ、に記載している通りに揚げます。

※衣をつけずにオーブンで焼いても、スパイスの風味が効いたグリルクラブとなり、おつまみとして楽しめる一品になります。

【使用量(参考)】

(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
ニンニク(すりおろし)	5g
生姜(すりおろし)	5g
タイム(粉末でも可)	1つまみ
オレガノ(粉末でも可)	1つまみ
カイエンペッパー	少量
ブラックペッパー	少量
パプリカ(粉末)	少量
食塩	2g
レモン(搾り汁)	1/2ヶ分
オリーブオイル	10g
小麦粉	50g
食塩、コショウ	適量
揚げ油	適量
レモン	(添え物)

商品提案書

ソフトシェルクラブと野菜の洋風トマトソース包み



【コンセプト】

殻ごと食べられる「ソフトシェルクラブ」を、揚げずに食べる料理です。
トマトソース、白ワインといった、洋風ソースの旨みと、蟹のコクが合わさった、
簡単なながらも味に深みを出せる料理です。

【特徴】

ソフトシェルクラブの処理方法により、一味もふた味も美味しくなります。
トマトとチーズといった味の濃いものに、蟹のコクが加わり、ワインに合うよう仕上げております。

【使用例】

- ①揚げ方のコツに記載の通り解凍致します。
- ②アルミホイルに、スライスした玉ねぎを敷き、ソフトシェルクラブ、ホールトマト(つぶしてのせる)チーズ、塩、ハーブ(各種)、オクラ、ブロッコリーブラックペッパーをのせ、最後に白ワインをかけます。
- ③全体に火が通るまで加熱致します。

※夏場には、ピリッと辛めのチリソースでも美味しく召し上がれます。

※バジルの葉などを添えると風味が増します。

【使用量(参考)】

(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
玉ねぎ(薄めにスライス)	1/2ヶ分
ホールトマト	2ヶ分
チーズ	20g
塩	3g
ハーブ	少量
オクラ	2本
ブロッコリー	2房
ブラックペッパー	少量
白ワイン	10g

商品提案書

ソフトシェルクラブ ～ヤンニョンケジャン風～



【コンセプト】

通常、殻の固いワタリガニを使用して作る「ケジャン」を、殻ごと食べられる[ソフトシェルクラブ]で作ります。殻にも辛味噌の旨みが入り込みますので、通常のケジャンとは違った味わいが楽しめます。お酒のおつまみにぴったりな料理です。

【特徴】

生姜・にんにく・ごま油といった、旨みの強い食材をたっぷり使うことで、蟹の旨みとミックスして深い味わいに仕上がります。辛さの調節等、好みによって色々な味わいを作り出せる料理です。

【使用例】

- ①揚げ方のコツ、に記載のバター液に、塩、コショウ、を入れ、よく混ぜます。
- ②揚げ方のコツ、に記載している通りに揚げます。
- ③魚醤調味料、醤油、粉唐辛子、砂糖、ごま油、みりん、しょうが(搾り汁)、しょうが(干切)、塩、にんにく(みじんぎり)を良く混ぜ合わせます。
- ④スライスした玉ねぎを入れて、さらに混ぜます。
- ⑤揚げたソフトシェルクラブを入れ、よく混ぜ合わせます。

【使用量(参考)】

(約2人前)	
ソフトシェルクラブ	200g
玉ねぎ(薄めのスライス)	1/4ケ分
魚醤調味料	30g
醤油	15g
粉唐辛子	20g
砂糖	20g
ごま油	10g
みりん	10g
しょうが(搾り汁)	5g
しょうが(干切)	少々
塩	少々
にんにく(みじん切り)	少々
こしょう	少々