

# Как едят морепродукты?

## Омары (лобстеры)

Омаров подают вареными и, как правило, уже разделенными на две части, что упрощает трапезу. В случае с целым ракообразным для разделки его совершают следующее:



Откручивают клешни и раскалывают их щипчиками, мясо извлекают специальной вилочкой



Откручивают хвост и, разрезав его, вынимают мясо



В туловище тоже есть съедобные части, чтобы добраться до них, их отделяют от несъедобных



Мясо из ножек аккуратно извлекают вилочкой

## Раку

Традиция поедания близких родственников лобстера, речных раков, несколько проще. Специальным ножом раскалывают панцирь, клешни же разламывают, вставив их в отверстие, расположенное в лезвии

**20,14 кг**

составила масса омара, занесенного в книгу рекордов Гиннеса

## Крабы

У разных видов крабов съедобны разные части: в большинстве случаев в пищу идет мясо конечностей, но у некоторых видов под панцирем также находятся съедобные части



В первую очередь откручиваются клешни и ноги



Конечности раскалываются щипчиками, и из них извлекается мясо



Панцирь вскрывается ножом, съедобные части отделяются от несъедобных

## Устрицы

Несмотря на то, что из устриц можно приготовить массу горячих блюд, считается, что самый правильный способ – подавать устриц живыми. Мертвые устрицы могут быть ядовиты. Особей, не переживших транспортировку до ресторана, сразу же выбрасывают. Как правило, в ресторанах устриц подают уже открытыми, на льду, с дольками лимона



Открывают устриц специальным ножом. Чтобы не порезаться об острые края раковины, левую руку, в которой держат устрицу, защищают специальной кольчужной перчаткой или салфеткой. Нож просовывают между створками и проворачивают, после чего подрезают мышцу, удерживающую створки вместе. Несъедобная пленка вокруг моллюска удаляется

## Почему морепродукты полезны?

Все морепродукты содержат **полиненасыщенные жирные кислоты**, которые организм человека не способен синтезировать самостоятельно и получает только из пищи. Изучать эти полезные вещества начали во второй половине прошлого века,

после исследований гренландских эскимосов, у которых крайне редко встречаются сердечно-сосудистые заболевания. Ученые связывают это с рационом жителей острова, в основном состоящим из различных морепродуктов

1. Изначально камчатский краб обитал в Японском, Беринговом и Охотском морях

2. В северные моря краб попал в 60-е годы XX века. Попытки завезти краба в Баренцево море предпринимались еще в 30-х годах, но лишь после развития авиатранспорта увенчались успехом

3. Через некоторое время краб добрался до побережья Норвегии. В России действуют серьезные ограничения на вылов краба, норвежцы же объявили его вредным для экосистемы и с начала 2000-х годов ведут активный промысел

# Камчатский краб

*Paralithodes camtschaticus*

Один из самых крупных представителей ракообразных. Высоко ценится за уникальный вкус, подается как самостоятельно, так и в составе различных блюд

## Карапакс

Панцирь, покрывающий головогрудь. Может достигать 25 см в ширину

**12 раз**

сбрасывается хитиновый покров на первом году жизни краба. Взрослый краб линяет один раз в два года

В пищу употребляется мясо ног и клешней

**Ноги**  
Размах ходильных ног может достигать 1,5 м

**«Боевой кулак»**  
мясо из большой клешни.

**«Роза»**  
мясо из области крепления ног к туловищу, считается самым нежным

**2-я фаланга**  
тоньше и короче первой, содержит меньше мяса

**20 лет**

максимальная продолжительность жизни камчатского краба

**1-я фаланга**  
содержит наибольшее количество мяса

Строго говоря, камчатский краб относится не к **крабам** (*Brachyura*), а к **крабовидным ракам-опшельникам** (*Lithodidae*). Отличаются они редуцированной пятой парой ходильных ног, спрятанной под панцирем и служащей для очистки жабр

Источники: Слизин А., Сафронов С. *Промысловые крабы прикамчатских вод*. Петропавловск-Камчатский, «Северная палифика», 2000

Иллюстратор: Анастасия Зотова