



ラジオネーム **ジンペエ** さん

かつおの 塩麴たたき

(平成24年10月25日放送)



●材料

- ・かつおのたたき……………1筋
- ・大根おろし……………適量
- ・針しょうが……………1片
- ・みょうが……………1本
- ・細ネギ……………適量
- ・大葉……………5枚
(塩ダレ)
- ・水……………150cc
- ・塩(岩塩など)……………中さじ1
- ・味の素……………中さじ1
- ・塩麴……………中さじ1

●作り方

- ①少し深めのお皿にかつおを盛り付けます。
- ②大根おろし、細かく刻んだネギ、針しょうが、みょうがをたっぷり乗せます。
- ③塩ダレを作ります。水、塩麴、味の素、岩塩を鍋に入れ、沸騰させて塩を溶かしておきます。冷まったら冷蔵庫に入れ冷やします。
- ④食べる前に冷やした塩ダレをひたるくらいかけ、最後に千切りした大葉をのせたら完成です。

試食
コメント

新感覚!

お魚レシピ集 協賛企業

有限会社 魚しげ

沖縄県産・本土産の様々な魚介類を取りそろえて
お客様をお待ちしています。お寿司や巻き物もあります!
おすすめのシーフードサラダも是非食べてみて!!

代表取締役社長 小林 繁

TEL (098) 862-1260 FAX (098) 862-1965