

昆布締めとポン酢



材料) 2人分

昆布適量10gほど 約10cm長さのもの2枚

好みの魚のお刺身100gほど サクでも切り身でも可

青みのもの(小口ネギ、貝割れ大根やリーフレタスなど、青みのもの) 適量

大根おろし200gほど

A=濃口醤油50cc、米酢大さじ2、みりん大さじ1

ゆずの果汁大さじ1

鰹節3g

昆布2g

作り方)

1. キッチンペーパーを日本酒で軽く濡らし、昆布の表面を撫でて汚れを取る。
2. 魚を食べやすい大きさに切り、1の表面に並べ、もう一枚の昆布で挟み、ラップでしっかり包んで冷蔵庫に入れて半日以上かけて締める。
3. ポン酢を作る。計量カップにAの材料を入れ、ゆずの果汁を絞って加え、鰹節、昆布を入れて冷蔵庫で半日以上置く。茶漉しや網などで漉して保存容器に入れ、冷蔵庫で保管する。
4. 2の昆布をめくり、お皿に盛り付け、大根おろしを添え、3をかけ、青みのものを添える。