

帆立の前菜

材料) 作りやすい分量

お刺身用の帆立50g (4粒~5粒)

塩ひとつまみ

酒 (日本酒もしくは紹興酒) 大さじ1

生姜20g (皮:葱油に。おろし生姜大さじ1:タレに。)

油 (サラダ油、米油、太白ごま油など) 100cc

白ネギの青い部分30gほど

九条ネギ (青ネギなど) 適量 小口切り

にんにく1かけ スライス



作り方)

1. 小鍋にネギの青い部分、生姜の皮、にんにく、油を入れて火にかける。しゅわしゅわと音がしてきたら火を弱め、5分ほど加熱し、火を止める。ネギや生姜などは取り出して捨て、油は冷ます。
2. ボウルに帆立を入れ、塩を振って酒を注ぎ、軽く和えて、蒸気の立った蒸し器で2分ほど蒸す。
3. ボウルにおろし生姜、九条ネギ、2で溜まった蒸し汁を入れてよく混ぜる。1の葱油を大さじ1ほど注いでよく混ぜ、タレとする。
4. 2の蒸し帆立を入れて好みに塩を加えてよく和え、お皿に盛る。

※余った葱油は保存容器に入れ、冷蔵庫で保存します。なるべくお早めにお使いください。

- ・野菜炒めの油に。
- ・焼き飯に。
- ・蒸し鶏をほぐして和える。
- ・焼いたイカにかけてレモンを絞ったり。

※こんがり揚がったニンニクチップもトッピングに使えますよ。