

熊本トヨペット

POPPIN'カラフルレシピ°

5月の旬な食材レシピ°

~No.84~

初鰹も使って

かつおのカルピッチョ

◎ 材料 2人分

◎ かつおの刺身 200グラム

◎ ニギマ油 大さじ1

◎ にんにくのみじん切り 20グラム

◎ シェラユ 小さじ2

◎ さとう 小さじ1

◎ 酢 小さじ1

◎ 大葉の干切り3枚分

〈つくり方〉

1. フライパンに ニギマ油とにんにくも加え中火にかけて、にんにくが少し色づくまで加熱する
2. ①に、シェラユ、さとう、酢を加えふっとうさせる (冷研)
3. お皿に、刺身を並べる
4. ②のソースをかけて、大葉をかざる