

鯛のカルパッチョ

～鯛料理～

(約4人分)



■材料

鯛（刺身用）	100g	5枚に下ろす・・・凍らせて半解凍のものを極薄く切る
エシャロット	1/2個	・・・極細かいみじん切り (ない場合は玉ねぎで代用可能 分量は1/8個)
粒マスタード	小さじ2	
塩・胡椒	少々	・・・粒マスタードに塩気があるので味をみて薄ければ 少し足す程度
清風ねぎ	2本	・・・みじん切り
ハーブ類	適宜	(ディル、セルフィーユ、イタリアンパセリなど)
オリーブオイル	40cc	

■作り方

- ① ガラス瓶にオリーブオイル、粒マスタード、エシャロット、塩、胡椒を入れよく振って混ぜ、味を調える
- ② ふぐの薄造りのように並べた魚の上に清風ねぎ、ディルとセルフィーユなどのハーブを散らし、作ったドレッシングをかけていただく