



🍴 サーモンの親子和え

おすすめの味わい: 辛口 中口 甘口



塩麴で魚臭さがとれる! 超スピードレシピ!

大根おろしのおかげで、サーモンがあっさりいただける♪

調理時間: 15分

カロリー: 90Kcal (1人分)

塩分: 1.2g (1人分)

※当社の栄養表示は、各原材料の分析値、または「五訂日本食品標準成分表」に基づき算出した値の合計値です。

■材料(4人分)

トラウトサーモン ※刺身用(80g)、

塩麴(大さじ1)、大根(100g)、

イクラ(大さじ2)、三つ葉(少々)

🍷 酢(大さじ1と1/2)、砂糖(小さじ1)、塩(少々)

作り方

- 1 サーモンは1.5cm角に切り、塩麴をまぶし5分置く。
- 2 大根をおろしと🍷を混ぜる。
- 3 器にを①のせて、②をかけ、イクラと三つ葉のザク切りを散らす。