

まぐろの和風カルパッチョ

【160kcal/1人当り】

調理時間
10分



ご家庭にある調味料で作る、まぐろのカルパッチョ。
お好きなたっぷりの薬味をのせるだけ。
くせになる味付けで、彩りもばっちりです。

東信水産お魚かんたんレシピ

材料 (2人分)



まぐろ柵(刺身用) …………… 200g

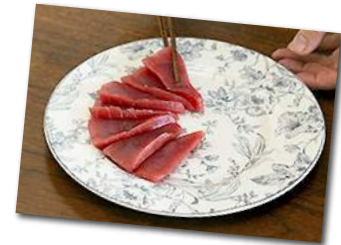
お好み
の薬味
[スプラウト ……1/2パック
玉ねぎ …………… 大さじ1
(みじん切り)

柚子 …………… 1/8個

A [しょうゆ …………… 大さじ1
わさび …… 小さじ1/2
ごま油 …………… 小さじ1

作り方

1. まぐろは斜め薄切りにして、皿に放射状に並べる。
2. スプラウトは1cm幅に切り、玉ねぎと混ぜる。
皿の中央に盛る。
3. 柚子は皮の表面をむき、せん切りにする。
果汁は搾り、Aの材料と混ぜ合わせる。
まぐろにまわしかけ
柚子の皮をちらす。



東信水産お魚かんたんレシピ
まぐろの和風カルパッチョ
東信水産のHPでもご覧いただけます。
<http://www.toshin.co.jp/>
料理 渡部 和泉

