

◆関ぶり丼



材料 4人分

米…3合
関ぶり…400g
錦糸玉子…適量
大葉…20枚
白ごま…適量
わさび…お好みで

☆タレ

〔刺身醤油…大さじ2
みりん…大さじ4〕

作り方

- ① 米3合を炊く。
- ② 関ぶりを3枚におろし、骨・皮を取り除く。
- ③ ②を斜めに削ぎ切り、お刺身にする。
- ④ 大き目のボウルにタレを作り、③のお刺身に味付けする。
- ⑤ 丼に、ごはん→刻んだ大葉→錦糸玉子→関ぶり→白ごまの順に盛り付ける。
- ⑥ お好みで、わさびをのせて出来上がり。

楊志館高等学校 提供