

◆関イサキのカルパッチョ



材料 4人分

- | | | | |
|---------|-----------|-------------|------|
| • 関イサキ | 1尾 (300g) | ●ソース | |
| • 塩 | 適量 | • つける大葉ソース※ | 大さじ2 |
| • 水耕せり | 1袋 | • オリーブオイル | 大さじ2 |
| • ミニトマト | 8個 | | |
| • レモン | 1/2個 | | |

※つける大葉ソースとは・・・
令和7年7月に発売された
楊志館高校調理科監修の商品です。



作り方

- ① 関イサキはウロコを取り除き、頭を落として内蔵を取り出す。
- ② ①を水で洗い、拭き上げ、3枚におろし、少量の塩をふる。
10分間おき、水分を拭き取る。
- ③ 皮目だけガスバーナーで焼き、ラップをせずそのまま冷やす。
- ④ 水耕せりを水洗いし、根を落とし、3cm幅に切る。
- ⑤ ミニトマトを1/4のくし形切りにする。レモンは水洗いし、縦1/2に切り、
1mm幅に切る。
- ⑥ 冷ました③の切り身を薄く削ぎ切りし、円を描くように並べる。
- ⑦ ⑥の上に野菜を散らし、ソースをかけて出来上がり ✨

ポイント!

ラップをせず水分を飛ばすことで、うま味を凝縮させ、皮目の香ばしさや食感も保たれます👍