

2/1 (金) スズキの炙り～ゆうこうソース～ (今道 康弘さん)

(材料 2 人分)

- スズキ (皮付き) : 80 g
- 塩 : 適量
- E.V.オリーブオイル : 適量
- ミックスサラダ : 80 g
- ラディッシュ : 1 個
- いちご : 30 g
- A {
 - 長崎お土産すみやの
 - ゆうこう果汁 100% : 20 ml
 - はちみつ : 小さじ 1
- E.V.オリーブオイル : 10 ml
- あればゆうこうの皮 : 1 個分
- セルフィーユ : 適量

- ① スズキは塩をして、皮目に薄く E.V.オリーブオイルを塗る。
- ② ①のスズキの皮目を、網で強火で程よく焼き、すぐに氷水に落として粗熱を取り、水気をふき取る。
- ③ ②を薄切りにして冷蔵庫で冷やしておく。
- ④ ボウルに A を混ぜ合わせる。
- ⑤ ラディッシュは薄切りにして、いちごは一口大に切っておく。
- ⑥ 器にミックスサラダ、③のスズキ、⑤のラディッシュ、いちごを盛り付けて、④のゆうこうソースと、E.V.オリーブオイルをかけ、あればゆうこうの皮をすりおろして、セルフィーユを飾る。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター (3階と地下1階) に置いています。
 またくインターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。