



9/3 (金) 鯉のたたき 赤ワインゆずぽんソース (今道 康弘さん)

(材料2人分)

鯉のたたき(切り身)：200g

(赤ワインゆずぽんソース)

A { たまねぎ：100g
E.V.オリーブオイル：10g

B { 赤ワイン：50g
チョコレート醤油 ゆず醤油かけぽん：80g
味噌：15g
砂糖：15g

(仕上げ)

スプラウト：適量

ミニトマト：2個

あればゆずの皮：適量

チョコレート醤油 ゆず醤油かけぽん：20g

E.V.オリーブオイル：10g

- ① たまねぎは薄切りにして、スプラウトは根を切る。ミニトマトは輪切りにする。
- ② ソースを作る。鍋に A を入れてしんなりなるまで炒め、B を加えて、水分がほとんどなくなるまで煮る。
- ③ 器に鯉のたたきを並べて、その上に②のソースをかけ、①のスプラウトとミニトマトを飾って、あればゆずの皮をおろし金でおろし、ふりかける。香り付けにゆず醤油かけぽんとオリーブオイルをかける。

レシピはNBCアプリまたは<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。