



12/22(水) カツオのたたき de クリスマス

(材料)

鯉のたたき (サーモン)

アボカド：1 個

玉ねぎ：適量

にんにく：1 かけ

ヨーグルト：大さじ1~2

マヨネーズ：大さじ1

塩こしょう：適量

ピンクペッパー：少々

パセリ：少々

- ① 玉ねぎは粗みじん切りにし、アボカドは切ってレモン汁をかける。
- ② フードプロセッサーに①とヨーグルト、マヨネーズ、塩こしょう、にんにくを入れて攪拌する。
- ③ 皿に②を敷いて、食べやすい大きさに切った鯉を乗せる。
- ④ ピンクペッパーを振り、パセリを飾る。

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）に置いてあります。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。