

サーモンとかぶの和え物

色合いのきれいな一品はお祝いの席にぴったり。切って和えるだけなので簡単&スピーディー！

調理時間

15分

1人当たり

150kcal



東信水産のHPでもご覧いただけます。

<http://www.toshin.co.jp/>



●材料 (2人分)

- ・サーモン柵(刺身用)..... 120g
- ・かぶ..... 2個
- ・オリーブオイル..... 大さじ1と1/2
- ・すだち..... 1/4個
- ・塩..... 適宜



●作り方

- ① かぶの葉を落とし、皮をむき、
2、3mmの厚さに切る。
塩少々をまぶし、しばらく置く。
- ② かぶの葉は細かく刻み、塩小さじ1/3と
オリーブオイルを加え混ぜる。
- ③ サーモンはそぎ切りにする。
- ④ ①の水分を手で絞り、
②、③とともに和える。
すだちを添える。



東信水産お魚かんたんレシピ

料理 渡部 和泉

お魚かんたんレシピTOPへ戻る