

おいしい・簡単・オシャレな料理でおなじみの

吉原ひろこ先生のレシピシリーズ26

～おせちにプラス～

鮭の五色南蛮漬け



作り方

1 下準備

たまねぎ、にんじん、ピーマンは千切りにする。
木くらはげは水に戻して千切りにする。
大根は千切りにして塩少々をし、しばらく置いてから水気を絞る。

Point! 野菜は全てを同じ長さに切りそろえる。

2 鮭を揚げる

鮭を一口大に切る。
生鮭は塩をする。塩鮭は塩の程度に応じて薄い塩水で塩抜きして、適当な塩味にする。好みでこしょう少々をする。



鮭に軽く小麦粉をまぶし、180度の油でカラッと揚げる。

材料

- 鮭(塩でも生でもよい)・・・1切れ
- 小麦粉・・・・・・・・まぶす分
- 揚げ油・・・・・・・・適量
- たまねぎ・・・・・・・・1/4個
- にんじん・・・・・・・・1/4本
- ピーマン・・・・・・・・1個
- 木くらはげ・・・・・・・・1枚
- 大根・・・・・・・・10cm長さ

<南蛮酢>

- タカノツメ・・・・・・・・1本
- だし・・・・・・・・大さじ4
- レモン汁・・・・・・・・大さじ4
- 醤油・・・・・・・・大さじ4
- 砂糖・・・・・・・・大さじ4



3 野菜を載せる

木くらはげ、大根を載せる



4 南蛮酢をかける

南蛮酢の材料を小鍋にかけ、ひと煮立ちさせた後、ストレーナーでこしながら3にまわしかけ、時間をかけて味を馴染ませる。冷蔵庫に保存する。

Point! 南蛮酢は熱いうちにかける。



サーモンときゅうりの奉書巻き



材料

- きゅうり・・・・・・・・1本
- スモークサーモン・・・4枚
- ケイパー・・・・・・・・4個
- 万能ネギ・・・・・・・・2本
- 焼き海苔・・・・・・・・1枚

作り方

1 きゅうりをスライサーなどで縦薄切りにし、1パーセントの塩水に5分ほど漬ける。しんなりしたら水気を切る。



2 1のきゅうりにサーモンを載せ、真ん中にケイパー1個と4センチ長さに切った万能ネギを置いてクルクルと巻く。



サーモンときゅうりの順を逆にしたのもつくと変化に富んで楽しくなります。

3 最後に焼き海苔で巻く。



甘露栗とプラムの菓ごもり松葉



材料

- ○ 栗甘露煮（あまり大きくないもの） ○ ●
 . . . 4個
- ● 種なしプラム 4個
- ○ 松葉 4本

作り方

- 1 プラムは硬ければ少々ぬるま湯に浸してやわらかくし、水気をよく切る。このとき、ラム酒やブランデーを少々落としても良い。
- 2 プラムに切り目を入れて、甘露栗の大きさを加減してはさむ。



- 3 楊枝で穴を開け、松葉を刺す。



貝柱の生ハムロール 海老の生ハムロール



材料

- ● 貝柱 4個
- ○ 酒 小さじ1
- ● 醤油 小さじ1
- ● 生ハム 4枚

- ● 海老（身の部分が5cmのもの） 4尾
- ● 生ハム 4枚

- ● サラダ油 適宜
- ● 柚子の皮 千切りにしたもの8本
- ● 小麦粉 少々

作り方

1 下準備

貝柱に酒、醤油をかけて10分ほど置いておく。

海老は殻をむき、背ワタを取って塩・こしょうをしておく。



2 生ハムを巻く

10分ほど置いた貝柱の水気をペーパータオルでふき取る。真ん中に楊枝で穴をあけ、柚子の皮の千切りを1本刺す。

貝柱に小麦粉をまぶし、生ハムでくるりと巻き、楊枝で留める。

海老にも小麦粉をまぶし、生ハムで巻く。



3 焼く

熱くしたフライパンにサラダ油を適宜入れて、貝柱と海老を焼き付け、火加減をしながらよく火を通す。

Point !

表面に焦げ色がついたら弱火で中までしっかり火を通しましょう。



いつものおせちに華を添える4品です