



やなぎ

平成26年3月17日(第3月曜日)

3回
寿司屋が教える簡単な魚の捌き方と料理法

白身魚づくしの料理

①

先
付



季節平目の円皮焼き漬け(卸しポン酢掛け)
(季節平目円皮・大根卸し・ポン酢)

②

前
菜



白身魚と茸のテリーヌ
(白身魚・えのき・エリンギ・しめじ・人参・水菜)

③

刺
身



真鯛湯引きの刺身
(真鯛湯引き・葉山葵・大根・人参)

④

煮
物



平目焼きと牡蠣焼き炒め(春キャベツソース)
(平目・牡蠣・蕪・キャベツ・隠元・じゃが芋)

⑤

焼
物



白身魚の荒汁(味噌汁)
(真鯛頭・中骨・味噌・浅葱)

⑥

飯
物



桜の花入り鯛飯
(桜の花・真鯛・枝豆・米)

⑦

デ
ザ
ー
ト



抹茶のムースケーキ

