



# やなぎ

平成26年9月8日(第2月曜日)

8回  
寿司屋が教える簡単な魚の捌き方と料理法

## 鰹と秋刀魚の料理

①  
先  
付



鰹とライスペーパー包み  
(鰹・アスパラ・芽葱・大根・玉葱)

②  
前  
菜



秋刀魚の茶巾包み揚げとシュウマイの皮筒揚げ  
(秋刀魚・餃子の皮・シュウマイの皮・水菜)

③  
刺  
身



鰹と野菜のカツパッチョ(サルサ・ヴェルデ)  
(鰹・プチトマト・水菜・ベビーリーフ)

④  
焼  
物



秋刀魚のトルチイーノ(イタリア語で小さなタルト)  
(秋刀魚・トマト・イタリアンパセリ・パルメジャン・香草パン粉)

⑤  
椀  
物



鰹と冬瓜の餡かけ  
(鰹・冬瓜・いかそぼろ・帆立)

⑥  
飯  
物



秋刀魚醤油漬け冷汁  
(秋刀魚・茗荷・胡瓜・茄子・鰹出汁・練り胡麻・海苔・米)

⑦  
デ  
ザ  
ー  
ト



食パンのタルト

