



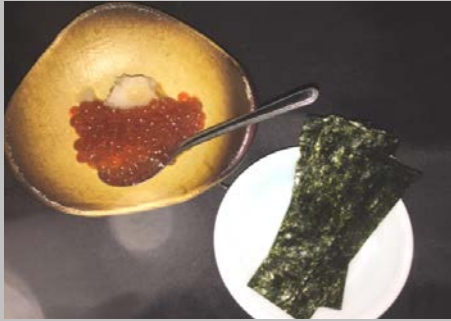
やなぎ

平成27年11月9日(第2月曜日)

10回
寿司屋が教える簡単な魚の捌き方と料理法

生鮭と牡蠣の料理

①
先
付



いくら醤油漬け
(筋子(ほぐすといくら)・大根卸し)

②
前
菜



鮭昆布 \times 鮭の皮煮ごり
(鮭・利尻昆布・皮)

③
刺
身



白身魚焼と野菜の海老ソース
(白身魚・水菜・エリンギ・レタス)

④
蒸
物



ふんわり鮭と野菜物
(鮭・牛蒡・エリンギ・水菜・もやし)

⑤
椀
物



鮭・牡蠣焼きと茸スープ
(鮭・牡蠣・椎茸・しめじ・えのき)

⑥
飯
物



牡蠣と味噌の炊き込みご飯
(牡蠣・蕪・九州おじか島味噌・米)

⑦
デ
ザ
ー
ト



ガトーショコラ

