



やなぎ

平成30年3月5日(第1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



白身魚と桜の花の豆腐(館かけ汁)
(白身魚・桜の花・豆腐・人参・出汁)

②
前
菜



白身魚とずわい蟹のテリーヌ(野菜添え)
(白身魚・ずわい蟹・玉子・水菜・えのき・春菊)

③
刺
身



島鯨(あんきも添え)
(島鯨・あんきも・大根妻・うご・山葵)

④
焼
物



平目ソテー(からすみ掛け)
(平目・からすみ・じゃが芋・人参・エリンギ・ほうれん草)

⑤
揚
物



白身魚とベーコンのミルフィユフライ
(鯛・ベーコン・じゃが芋・茄子・プチトマト)

⑥
飯
物



鯛飯と桜の花炊き込みご飯
(鯛・桜の花・枝豆・出汁・米)

⑦
デ
ザ
ー
ト



苺のパバロア

