



Recipe

まいにちの発酵レシピ

帆立の カルパッチョ

Ingredients 材料 / 2 人分

ホタテ（刺身用） 100~150g
玉ねぎ 1/4 個

(A)
オリーブオイル 大さじ 1
レモン汁 大さじ 1
醤油麹 小さじ 1

※お好みで、
黒胡椒・柚子胡椒・わさびを加えてください。

※(A) を塩麹ドレッシング（大さじ 3〜）に
代用しても O K

塩麹ドレッシング

オリーブオイル 40ml
塩麹 小さじ 2
甘酒 小さじ 1
レモン汁 大さじ 1〜
（米酢やリンゴ酢やその他の柑橘果汁で
アレンジしてください）
黒胡椒
（お好みでマスタードや柚子胡椒など
お好みでアレンジしてください）

Directions 作り方

- ・玉ねぎはスライスして水にさらしてから水気を切っておく。
 - ・A を合わせておく。
 - ・ホタテは横半分にスライスしておく。
- ① 沸騰したお湯にホタテを入れて、10 秒ほどさっとゆがき、
すぐに冷水にとって冷やし水気を切っておく。
 - ② ①と玉ねぎと一緒に皿に盛り付ける。（すぐに食べない場合はラップをして冷蔵庫で冷やす）
 - ③ A をまわしかける。