鯛寿し

ちょっと一言！
・大畠の特産加工品「柑橘酢」を使うことで、食物が傷みにくくなり、魚の生臭さも気にならなくなります。

材料名　（２人分）

鯛（刺身用）100g、塩 少々
柑橘酢 適量、ごはん １合
【合わせ酢】
柑橘酢 20cc、砂糖 20g
塩 3g
【具】
にんじん・ごぼう 適量
(薄口しょうゆ・みりん 適量)
【飾り】
はす 適量(甘酢 少々)、卵１個
干し椎茸(砂糖・しょうゆ・みりん 少々)
春菊・でんぶ 少々

①鯛は薄塩をして30分程度おき、水分をふき取とったのち、柑橘酢に漬ける。

②にんじんは千切り、ごぼうはささがきにし、調味料でうす味に煮る。

③はすは薄く切ってさっと茹で、甘酢に漬ける。卵は錦糸卵にする。干し椎茸は水で戻し、戻し汁と調味料で含め煮にして細く切る。春菊は小さく刻む。

④鍋に柑橘酢・砂糖・塩を入れ沸騰直前まで火にかけ合わせ酢にし、ご飯混ぜ酢飯をつくる。

⑤酢飯と具材を混ぜ皿に盛り、鯛やはす、春菊、でんぶを飾れば完成。

レシピを作った団体・人
柳井市生改連　大畠グループ