

あここの湯洗い

あしらい 梅肉醤油

●材料● 4人分

あここの湯洗い …… 1/2 尾
芽紫蘇 …… 少量
菊南京 …… 1/8 個分
胡瓜 …… 1 本
人参 …… 1/6 本分
花穂紫蘇 …… 8 本
焼き海苔 …… 1 枚
山葵 …… 適量
梅肉醤油

梅肉 …… 大さじ 2
濃口醤油 …… 50cc
煮切り味醂 …… 5cc
煮切り酒 …… 15cc
昆布(5cm 角) …… 1 枚

(分量外)

だし汁

●作り方●

1. あここの湯洗いは 3 枚におろして皮を引き、そぎ造りにして 60℃の湯で洗いにして冷水に落とし、冷まし、ざるに上げてよく水分をきる。
2. 菊南京、胡瓜、人参でけんやよりのあしらいを準備する。芽紫蘇、花穂紫蘇の下処理をする。焼き海苔はだし汁でふやかす。
3. 梅肉醤油を合わせる。山葵の下処理をし、すりおろす。
4. あここの湯洗いにあしらいを添えて盛り付ける。