

🐟 第1回「イチ押し！旬の魚料理コンクール」鹿児島県知事賞作品



マサバの新天地

- 使用するお魚…サバ
- イチ押し！ポイント…角切りはキレイにそろえると見栄えもきれいでより美味しく！

材料（2人分）

- マサバ…100g ●ほたて貝…1個 ●パプリカ（赤・オレンジ・黄）…各10g ●玉ねぎ…10g ●パセリ…適量 ●ドレッシング（塩こしょう…少々、酢…大2、オリーブオイル…大1、しょうゆ…大2、塩…少々、こしょう…少々、レモン汁…少々、白ワイン…大2）

🐟 作り方

- ①マサバに塩をふりかけ身をしめる。15分位置いておく。塩を水で洗い流しレモン汁をかける ほたて貝も同様にする。マサバ、ほたて貝は5mmの角切りにする。
- ②ドレッシングを作る。
- ③パプリカ、玉ねぎ、パセリをみじん切りにする。
- ④ボウルに③を入れマサバとほたて貝を入れ混ぜる。
- ⑤④にドレッシングを入れる（全部かけない）。
- ⑥皿に盛り残りのドレッシングに白ワインを加えて回りにかける。