

🐟 第4回おさかな料理教室



鯛の潮汁

●使用するお魚…タイ

材料 (6人分)

●鯛あら骨…適量 ●塩…2% ●水…5カップ ●出し昆布…2% ●塩…0.7% ●酒…3% ●貝割菜…1/2束 ●あればよりうどん…12片 ●松葉柚子…6片

🐟 作り方

- ①鯛あら（頭、骨など）に塩を振って20分おく。熱湯をかけた流水で洗う。残っているウロコ、血合いなどを洗い流す。
- ②だし昆布水を火にかけ、小さい泡が立ち出したら1の鯛をそっと入れる。昆布は取り出す。アクをすくい取る。
- ③塩、酒で調味する。椀に鯛を盛り、よりうどん、青味をあしらって熱い汁を注ぐ。吸い口に松葉柚子を添える。