

平成27年5月30日（土曜日）開催
八幡浜魚食文化継承事業「H27親子でシーフードクッキング①」レシピ

講師：道後温泉ふなや 和食料理長 久保田昌司 氏

あじ南蛮漬

材料（2人分）

あじ	2尾
新玉ねぎ（中）	1/2ケ
キュウリ	1/2本
たかの爪	1/2本

※三杯酢（作りやすい分量）

酢	120 cc
薄口しょうゆ	45 cc（大さじ3）
みりん	45 cc
だし	45 cc



作り方

- ① あじは水洗いにして素焼きにする。
- ② 新玉ねぎ・キュウリをスライスして、①と共に三杯酢につけて、たかの爪をいれる。