

平成26年7月24日（木曜日）開催
八幡浜魚食文化継承事業「H26 シーフードクッキング特別編②」レシピ

講師：道後温泉ふなや 和食料理長 久保田昌司 氏

イサキ香り漬け

材料（4人分）

イサキ	2尾	}	A
出汁	200 cc		
酢	75 cc		
薄口	75 cc		
みりん	75 cc		
たかの爪	1本		
小麦粉(薄力粉)	適量		
揚げ油	適量		
青じそ	5枚		



作り方

- ① イサキは水洗いして三枚に卸し、骨を抜き、厚めのそぎ切りにする。
- ② 鍋にAを合わせ、一煮立ちさせ、たかの爪を切って入れ、容器に移す。
- ③ ①の水気を拭きとって、小麦粉をまぶし、油(160度)でカリッと揚げる。
- ④ 揚げたものから②に漬け込んでいき、冷めたら、青じそを刻んで混ぜ合わせる。