

白身魚と夏野菜の揚げ浸し



材料 2人分

材料名	使用量	材料名	使用量
白身魚	2切れ	<つゆ>	大さじ1
塩	少々	特撰つゆ	大さじ1
酒	小さじ1	酒	大さじ2
片栗粉	適量	水	
オクラ	4個		
茄子	1個		
かぼちゃ	40g		
揚げ油	適量		
大根おろし	1/4本分		
おろし生姜	1片分		

作り方

- ①白身魚は半分に切って塩・酒をふり、片栗粉をまぶして揚げる。
- ②オクラはヘタを切り、茄子は縦に4等分、かぼちゃは7mm厚さのくし型に切り、それぞれ素揚げする。
- ③<つゆ>は合わせて鍋でひと煮立ちさせる。
- ④器に①・②を盛り付けて③をかけ、大根おろし・おろし生姜をのせて出来上がり。

料理特徴

揚げた魚と野菜に風味の良い特撰つゆがたっぷり染み込んだ、ジュワっと口の中に旨味の広がる揚げ浸しです。