

鱧と夏野菜のサラダ



▼材料（2人分）

- 鱧（ハモ） …1/2 匹
- 茄子 …1 本
- キュウリ …1 本
- みょうが …1 個
- すだち …3 個
- サラダ油 …適量
- A：
 - ・薄口醤油、みりん …大 3

▼作り方

- ① 鱧は一口大に切って湯引きをし、冷水に放ち水気を切る。
- ② 茄子はピーラーで縞に皮を剥いて乱切りにし、サラダ油で揚げる。
- ③ キュウリは蛇腹にして塩水に浸して、2cmに切る。
- ④ すだちの絞り汁にAを混ぜ、①、②、③に和え、みょうがを斜めの千切りにして水に放ったものをのせる。