高知なすのタタキ～柚子風味～

◆材料（２人分）
高知なす　・・・３個
大葉　・・・１０枚
しょうが　・・・１かけ
みょうが　・・・２本
やっこねぎ　・・・４本
ゆず　・・・果汁大さじ２、皮１/２個
鯖缶・・・1/2缶
かつお節　・・・１/２袋
しょうゆ・・・大さじ２
油・・・　適量

◆作り方
①なすは縦に６等分にし、しょうが、みょうがは千切りにやっこねぎは小口切りにする。ゆずの皮は千切りに、果汁は絞っておく。鯖缶はほぐす。
②なすはフライパンを熱し、多めの油で揚げ焼きする。
③ゆず果汁、しょうゆ、鯖缶の汁大さじ２を合わせる。
④お皿に大葉を敷き、②を並べ、かつお節をふりかける。
　やっこねぎ、みょうが、しょうが、ゆず皮をのせ③を回しかける。

レシピの無断転載・無断使用を固く禁じます。

野菜ソムリエ上級プロ 野口 知恵