

# おうちで加賀屋♪No.6 鱈と春キャベツの酢の物



## ◆材料(3~4人分)

| 材料    | 分量   | 材料    | 分量   |
|-------|------|-------|------|
| アジの干物 | 2枚   | 塩     | 大さじ2 |
| キャベツ  | 1/4個 | おろし生姜 | 30g  |
| トマト   | 適量   | 煎り胡麻  | 少々   |
|       |      |       |      |

| 調味料 A       | 分量     | 調味料 A | 分量    | 調味料 その他 | 分量 |
|-------------|--------|-------|-------|---------|----|
| カツオ出汁       | 140 cc | 酢     | 20 cc |         |    |
| 能登だし(又は白だし) | 大さじ1   | 砂糖    | 大さじ1  |         |    |
| 醤油          | 20 cc  | 胡麻油   | 大さじ1  |         |    |

## ◆作り方

- ① キャベツは芯を取り除き、2cm角にカットした後、塩もみをして10分置く。
- ② アジは焼いて粗めに身をほぐし、小骨も綺麗に除去する。
- ③ 塩もみをして寝かせておいたキャベツを、沸騰した湯でサッとボイルし、ザルにあげて粗熱をとる。
- ④ 【調味料A】とおろし生姜を入れ、よくなじむように和える。
- ⑤ ④の出汁の中に粗熱をとったキャベツを入れ和える。
- ⑥ しっかりと出汁が馴染んだら盛り付けをし、トマトをトッピングして出来上がり。

## ◆ポイント

- ① キャベツは、沸騰した湯でサッと色が変わったらOK。
- ② キャベツの水気をしっかりと切って、和える。
- ③ 多少温かい内に和えることで味が入りやすい。
- ④ お子様も食べやすいように、小骨も綺麗に除去する。