

---牡蠣の唐揚げ 甘酢あんかけ---



おいしい一品料理

【材料】(4人分)

剥き牡蠣…20粒

(塩水でよく洗ってキッチンペーパー
などで水気をしっかり切る)

小麦粉…大さじ3

片栗粉…大さじ3

玉ねぎ…1/4個(薄くスライス)

にんじん…1/3本(千切り)

鷹の爪…1本程度(今回は糸唐辛子を使用しました)

揚げ油…適量

(漬けだれ)

水 100cc (1/2カップ)

三倍濃縮めんつゆ

50cc(1/4カップ)

酢 大さじ2

【作り方】

- (1) 牡蠣に小麦粉と片栗粉を合わせた粉をまぶして180度に熱した油で揚げます。
- (2) 揚げたらタッパーなどに並べましょう。その上に玉ねぎと人参、鷹の爪を乗せます。
- (3) 漬けだれを鍋に合わせて火に掛けひと煮立ちさせましょう。熱々の漬けだれを先ほどのタッパーの具材に上からかけたら出来上がりです。
- (4) そのまま冷まして冷蔵庫で冷やしたら出来上がりです。出来たてもいいですけどしっかり漬け込んだのも美味しいですよ。

---牡蠣ご飯---



牡蠣の風味を味わう料理

【材料】(4人分)

牡蠣…300g

塩…小さじ

しょうゆ 砂糖 米…カップ3

昆布だし…2カップ

水…1カップ

ねぎ もみのり



【作り方】

- (1) 牡蠣は塩水で洗い、水でサッとすすぎ、水気を切っておく。
- (2) 牡蠣に酒、しょうゆ、塩、砂糖を加え煮る。牡蠣と煮汁に分けておく。
- (3) 煮汁と昆布だしを合わせ、ご飯を炊き上げる。
- (4) 蒸らす時に煮上げた牡蠣とみじん切りのねぎを乗せ、食べる時に
もみのりを散らす。

★だし汁と牡蠣の煮汁の割合はお好みで。



かき養殖・直売
 網元 柿政

〒671-1332 兵庫県たつの市御津町室津1034-33

tel 079-324-0258

fax 079-324-0246 (事務所)・079-227-9141 (直売所)

