

「あやめ雪」の 和風カルパッチョ

カブのレシピ



いつものお刺身に「あやめ雪」の彩りを
添えてしゃれた前菜に

材料（2人分）

「あやめ雪」カブ※葉も使用します…1個
刺身……………お好みで
塩……………少々
A（ゴマ油……………小さじ1
しょうゆ……………大さじ1
わさび……………お好みで

作り方

- ① 「あやめ雪」は皮をつけたまま薄くスライスし、葉は食べやすい大きさに切ります。
- ② (1)に塩をふり、しんなりするまで軽くもみます。
- ③ Aを混ぜ合わせ、タレを作ります。
- ④ 器に刺身を広げるように並べ、タレを回しかけます。
- ⑤ 刺身の上に(2)を彩りよく盛りつけます。

ワンポイント

使用する刺身によっては、わさびのかわりにショウガやニンニクのすりおろしをタレに入れてもよいでしょう。