



ハマチのみぞれたたき

・材料（4人分）

ハマチ(刺身用サク)	…400g
大根	…1/4本
大葉	…4枚
細ネギ	…4本
ミョウガ	…2本
しょうが	…少々
スダチ	…2個
ポン酢、唐辛子、塩、酒	

・作り方

- ① ハマチは強めに塩をふり20分ほどおく。表面の水分を、酒を含ませたキッチンペーパーでふきとる。
- ② 大根はおろし、少し取り分ける。
- ③ フライパンでハマチの表面を焼き、冷水に2～3分漬けて身をしめる。水気を切り、残り的大根おろしを汁ごとまぶしておく。
- ④ 刺身状に切り分けて、大根おろし、おろししょうが、ミョウガのせん切り、細ネギの小口切りを上に乗せる。ポン酢でいただく。