

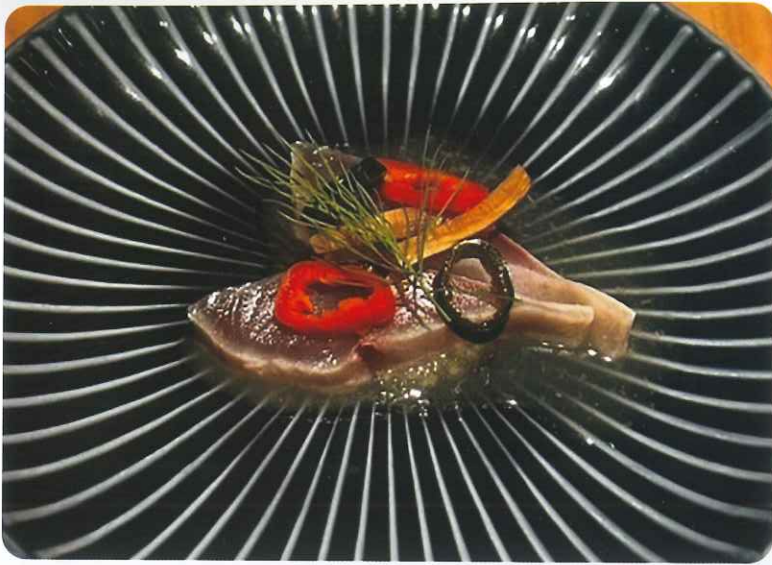


シェフ永井のおすすめ

永井智一（ながい・ともかず）
茨城県笠間市にある
「天晴（旧キッチン晴人）」
オーナーシェフ



アジのマリネ



材料(4人分)

- アジ(刺し身用) ……………1尾
- 酢 ……………適宜
- 甘長トウガラシ(赤・青) ……各1本
- たくあん(しょうゆ漬け) ……適宜
- 白キムチ ……………100g
- 塩 ……………適宜
- ディル ……………適宜

(1)アジを3枚におろし、塩を強めに振り5分置き、水洗いして水気を拭き取り、酢洗いにする。甘長トウガラシは種を抜き、輪切りにする。たくあんは細切りにする。

(2)白キムチは汁ごとミキサーにかけ、ピューレ状にする。

(3)皿に(2)の白キムチを敷き、(1)のアジを切って盛り付け、甘長トウガラシ、たくあんをのせ、白キムチの残り汁を上からかけ、ディルを飾り出来上がり。



豆腐の冷製スープ

材料(2人分)

- ホタテ貝柱 ……………2個
- マイタケ ……………1/2パック
- 塩 ……………少々
- 木綿豆腐 ……………1丁
- 昆布だし ……………100ml
- リンゴ(さいの目切り) ……1/4個
- 松の実(素揚げ) ……………適宜
- パクチー(みじん切り) ……適宜
- 麻辣油(マーラーユ) ……少々

作り方

(1)ホタテ貝柱とマイタケは塩を振り、焼き網で両面を焼いて半分に切る。

(2)木綿豆腐と昆布だしをミキサーにかけ、ピューレ状にして塩で味を調える。

(3)皿に(2)のピューレを流し入れ、(1)のホタテ貝柱を中心に置き、上にマイタケをのせ、リンゴ、松の実、パクチーを散らし、麻辣油をかけ出来上がり。