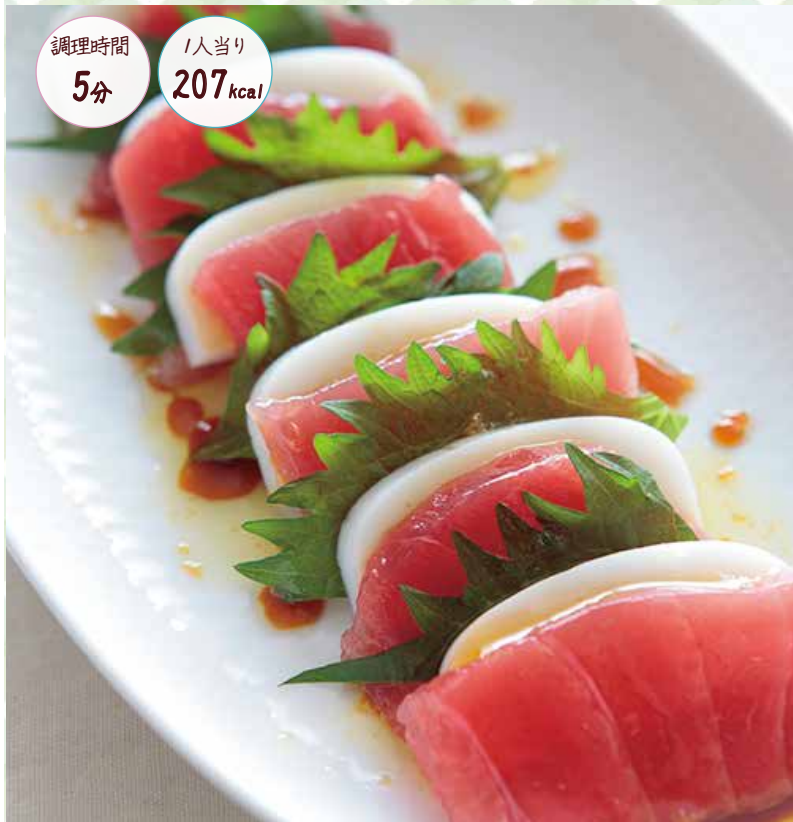


まぐろとかまぼこのカプレーゼ風

切落しのまぐろとかまぼこでつくる、おしゃれな前菜。

調理時間
5分

1人当り
207kcal



東信水産のHPでもご覧いただけます。

<http://www.toshin.co.jp/>



●材料 (2人分)

- まぐろ切落とし(刺身用) 6切れ
- かまぼこ 1/2本
- 大葉 1と1/2枚



- A
- ・オリーブオイル 大さじ1/2
 - ・しょうゆ 大さじ1/2
 - ・塩 少々

●作り方

- ① 大葉とかまぼこは6等分に切る。
Aを混ぜ合わせる。
- ② 皿に大葉、かまぼこ、まぐろの順に重ね、上から混ぜ合わせたAをかける。

POINT①

あっという間にできるので
来客へのはじめの一皿にもどうぞ。



東信水産お魚かんたんレシピ

料理 渡部 和泉

お魚かんたんレシピTOPへ戻る