



仙台 麩 と 鰹の たたき の 盛り合わせ



【材料】 4人前	分量
仙台 麩	1本
だし汁	200ml
市販の鰹のたたき	1さく
玉ネギ	1個
小ネギ	3本
お好みできざみしょうがや大葉の千切りなど	
A	
砂糖	大さじ1
しょうゆ	大さじ1.5
B	
酢	大さじ1
めんつゆ	大さじ1.5
砂糖	小さじ1

【調理方法】

1. 仙台 麩 は縦1.5程度の輪切りにしてだし汁に5分程つけておく。
2. 鍋に1) とAを加え火にかけて、キッチンペーパーをのせて4~5分ほど煮る。
3. 玉ネギは薄くスライスして水に放し、水気を切る。小ネギは小口切りにする。
4. 2) の仙台 麩 と市販の鰹のたたきを交互に並べ、中央に3) の玉ネギを盛りBをかけて、小ねぎや大葉の千切り等薬味を散らす。