

鯛のカルパッチョ

2023年7月のレシピ③
レシピ提供：ばん くみこ先生

■材料（2人分）

鯛（刺身用）	100g
A EXV オリーブオイル	大さじ1 1/2
A ケイパー（みじん切り）	10g
A 白ワインビネガー	小さじ1
A ナンプラー	小さじ1
A 柚子胡椒（チューブ）	小さじ1/2～1
A 塩・胡椒	適量
赤ぶどう・緑ぶどう	各3粒
ディル	適量



<コメント>

暑いので、火を使わない定番の前菜メニューです。鯛以外にも、白身魚やホタテ、タコなどにもあいます。ポイントは柚子胡椒を入れたピリッとしたアクセントです。柚子胡椒の量は好みで調整してください。私は夏場の食欲のないときに、柚子胡椒を素麺に入れたり、炒め物に入れます。今回のカルパッチョはフルーツとあわせようと思い、種なしぶどうを入れましたが、マンゴーやキウイでもよいと思います。

- 1 鯛はそぎ切りにし、塩をして冷蔵庫に入れておく。
- 2 ケイパーはみじん切りにし、Aをあわせておく。
- 3 1の鯛の切り身の水気をふきとり、皿に盛り付ける。
- 4 ディルを散らし、Aのソースをかける。周りに半分に切ったぶどうを添える。

