

## イナダのカルパッチョ



材料 (5人分)	イナダ	半身	ドレッシング	
	レタス	120g	{	オリーブオイル
カイワレ	1 カップ	酢		大さじ 4
大根	60g	砂糖		小さじ 1
人参	60g	塩		小さじ 1
サラダ菜	適量	こしょう		少々
	水菜	1 株		
作り方	<p>(1) 野菜は水にさらしてパリッとさせる。イナダは薄くそぎきりにする。</p> <p>(2) 食べる直前に材料を混ぜ合わせて皿に盛りドレッシングをかける。ドレッシングの砂糖は好みで加減する。また、切りゴマを加えても良い。</p>			
一口メモ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 魚は癖のない刺身用なら何の魚でも良い。</li> <li>・ 好んでマヨネーズをかけてもまろやかになり美味しい。</li> </ul>			

勝浦漁業協同組合女性部