

秋刀魚の味噌巻き揚げ

《材料》

秋刀魚 165g	吟醸味噌 20g	ネギ 5g
生姜 1g	砂糖(甜菜糖) 1g	米粉 適宜
揚げ油 適宜	スタチ 2分の1個	



作り方

- ①サンマは三枚におろす。
- ②ネギ、生姜をみじん切りにする。
- ③ボウルに米味噌、②のネギ、③の生姜、砂糖を入れ、さっと練り合わせる。
- ④①のサンマの表面の水分をペーパータオルで拭き取り、③の練り味噌をサンマの内面に薄く塗りつける。
- ⑤味噌を塗ったサンマを頭のほうから味噌が内側になるように巻き込み、爪楊枝を差し込んで止める。
- ⑥⑤のサンマの巻物の表面に米粉をまんべんなくまぶす。
- ⑦揚げ油を熱して⑦のサンマの巻物を揚げる。
- ⑧揚げたサンマの巻物を器に盛り、スタチを添える。

※米粉について 酒蔵では精米によって出来る酒米粉を使用しています。

とうがらしのジャコ味噌炒め

《材料》

万願寺とうがらし 30本	
ジャコ 100g	
吟醸味噌 大さじ3	
みりん 大さじ3	
純米酒 大さじ2	
ごま油 大さじ1	

①とうがらしは、縦に割り、タネ・ヘタをとりななめ切にする。

②フライパンにごま油をひき、ジャコをカリッとさせる。

③②に①を加え、油がまわり、しんなりしたら調味料を入れて炒め煮にする。

アレンジ とうふ炒め

～基本のとうがらし味噌を使って～

《材料》

もめん豆腐1丁 とうがらし味噌 適量 ごま油 大さじ2 醤油 小さじ1

①とうふはよく水を切って、大きめにくずす。

②フライパンに油をひき、焼き色が付くまで炒めて水気をとばす。

③②にとうがらし味噌を加えて調味する。仕上げに醤油を回しかけて香りを出す。

