

《ホヤのオキアミ魚味噌和え》



◆材料◆（2人分）



- ◇ホヤ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1個
- ◇塩（下処理用）・・・・・・・・・・ 少々
- ◇オキアミ魚味噌（以下，※魚味噌）
- ・・・・小さじ1
- ◇唐辛子・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 少々



※オキアミ魚味噌はオキアミを原料にした発酵調味料です。詳しく知りたい方はお問い合わせください。



オキアミ魚味噌

◆作り方◆

1 ホヤを殻剥きし、水洗いした後、細切りします。



2 1のホヤを適量の塩で塩もみし、汚れをとります（塩もみ2回）。その後、塩抜き10分し、しっかり脱水します。



3 2のホヤをに★を加え、満遍なく混ぜ、味をみながら、適宜魚味噌を加えます。



4 冷蔵庫で30分から数時間程度寝かせたら完成です。

パッケージ例

