

～タコの献立～

【タコのカナッペ】

■材料（二人分）

- ・タコの刺身・・・・・・・・・・6枚
- ・塩蔵若布・・・・・・・・・・一つまみ
- ・キュウリ・・・・・・・・・・5cm
- ・塩・・・・・・・・・・少々
- ・ポン酢・・・・・・・・・・小さじ1/2
- ・トマト・・・・・・・・・・1/8個
- ・アボカド・・・・・・・・・・1/8個
- ・玉葱・・・・・・・・・・1/8個
- ・レモン・・・・・・・・・・櫛切り1/8
- ・マヨネーズ・・・・・・・・・・小さじ1
- ・大根・・・・・・・・・・5cm
- ・柴漬け・・・・・・・・・・大さじ1
- ・パセリ・・・・・・・・・・少々



■作り方

- ① 塩蔵若布は水で戻し、小口に切っておく。キュウリは薄切りにして塩少々を振っておく。
- ② ①を混ぜ合わせポン酢で調味する。
- ③ トマトは種を取り除き、1cm切りにする。アボカドも同じ大きさに切っておく。玉葱は洗い微塵切りにして水で晒してから、水気を切っておく。
- ④ ③をマヨネーズで和える。味が薄い時は塩を加える。
- ⑤ 大根はおろして水気を切る。柴漬けは微塵切りにして大根おろしに混ぜる。
- ⑥ 皿にタコの刺身を並べ、②、④、⑤を盛り付ける。
- ⑦ パセリを中央に飾る。