

メニュー名：

タラとホッキのさくら井

---

作品のアピールポイント

苫小牧と言えはのホッキを使って見て楽しい食べておいしい色鮮やかな井を作ってみました、スーパーでホッキを見かけたら是非作ってみて欲しいです。。

---

材料・作り方 (レシピ)

材料 2 人前

- ・ホッキ 5 個
- ・真鱈の身 250g
- ・干しいたけ小 2 枚
- ・たまご 1 個
- ・青シソ小 6 枚
- ・ご飯 2 膳

調味料

- ・砂糖 30g
- ・塩 ひとつまみ
- ・みりん 大さじ 1
- ・しょうゆ 大さじ 1
- ・酒 少々
- ・食紅 少々

作り方

タラは酒少々をふりかけて弱火でそばろ状に成るまで炒る

まぜながら小骨を取り除き食紅でピンクに色付けをして置く

卵は炒り卵にし、残りの調味料でしいたけを甘じょっぱく煮て火を止める少し前に

ホッキを入れて煮汁に少し漬けて味をなじませる

どんぶりに盛ったご飯の上にタラをしきつめてから、ホッキしいたけ卵青シソで

飾り盛りをして最後に煮汁をふりかけて完成です。