

胡麻ダレ！カツオ丼

材料 (2人分)

酢飯丼 2杯分
カツオのタタキ 1冊
生姜 1片
紫蘇 8~10枚

★醤油大さじ 3
★味醂大さじ 1と1/2
★酒大さじ 1と1/2
すりごま大さじ 3



作り方

1 タレ作り。★の調味料を小鍋に入れて煮立たせる。沸騰したら火を止めすりごまを投入。タレは冷ましておく。

2



カツオのタタキは薄切りに。
2~3ミリ位の薄さが美味しかったです

3



生姜は千切りにして針生姜に。紫蘇も細切りに。写真は紫蘇のみです。

4



作っておいいたゴマだれにカツオのタタキを入れてよく馴染ませる。

5



丼に酢飯を盛り、針生姜を敷く。その上に先ほどのタレと和えたカツオ、紫蘇を載せたら完成です