

ホタテの和風カルパッチョ

玄米オイルをかけて作ると、とても旨味がアップするんです！！

■材料

ホタテ貝柱（刺身用）
パプリカ（黄）
レモン（出来れば国産）
の皮のすりおろし
ドレッシング
（白しょうゆ・レモンの絞り汁・
和の玄米オイル・塩・こしょう）



*画像は参考サンプルです。

■作り方

1. ホタテは5mm厚さの薄切りにする。
2. パプリカは5mm角に切る。
3. ボウルにドレッシングの材料をすべて混ぜ合わせる。
4. 皿にホタテをきれいに並べて盛り付け、3をかけてパプリカを散らしレモンの皮のすりおろしをふる。

■メモ(コツ、ポイント)

*ホタテの代わりに、
鯛や平目などの白身魚のお刺身でも。



www.riblelife.com

