



鮎の冷製パスタ 山椒風味



【材料】（4人分）

あゆ 4尾、パスタ(カペッリーニ) 160g、キュウリ 1本、プチトマト 8個
木の芽 12枚、ニンニク 5g、酢 30cc、ハチミツ 60cc、オリーブオイル 90cc
塩 適量、胡椒 適量

＜木の芽オイル＞

木の芽 20枚、オリーブオイル 60cc

【作り方】

- 1 木の芽とオリーブオイルをミキサーにかけ＜木の芽オイル＞を作る。
- 2 あゆを3枚におろし、塩、胡椒をして、フライパンにオリーブオイルを入れて熱し、皮面がパリッとするように焼く。
- 3 キュウリをさいの目切りにして、サッと茹でて氷水にとる。
プチトマトを4等分に切り、ニンニクをみじん切りにする。
- 4 ボウルに、ハチミツ、酢、オリーブオイル、1の＜木の芽オイル＞と3の野菜を入れて、塩で味を整える。
- 5 パスタを茹でて、氷水で冷まし、水気を切って4に混ぜ合わせる。
- 6 皿に盛り付け、＜木の芽オイル＞をかけて、木の芽を添える。



平成29年度親子あゆ料理コンテスト受賞作品
(高校生の部 準グランプリ)
(主催:岐阜県)