

# サクラマス 錦けんちん焼き



## 材料（4人分）

- |                |         |        |
|----------------|---------|--------|
| ・ サクラマス        | ・ 400 g | ・ しょう油 |
| ・ 豆腐           | ・ 1丁    | ・ 味醂   |
| ・ 卵            | ・ 4個    | ・ 出し汁  |
| ・ ニンジン（小）      | ・ 1本    | ・ ゴマ油  |
| ・ 絹さや          | ・ 10枚   | ・ 砂糖   |
| ・ きくらげ（もどしたもの） | ・ 20 g  | ・ 塩    |
| ・ 筍水煮          | ・ 150 g | ・ 片栗粉  |

## つくりかた

- ①サクラマスを水洗いにして三枚におろす。身を観音開きにする（身を均等にする）。しょう油50CC、味醂50CCを同割にしたものに20分位漬ける。
- ②ニンジン、きくらげ、筍は細切りにして、八方汁に含める。絹さやを細切りし、茹でる。
- ③豆腐は湯抜きして裏漉しをする。鍋にゴマ油（大さじ1と1/2）を豆腐と卵3個をあわせ、砂糖、塩で調味する。から煎りして水分をとる。
- ④野菜は水気を取り、小さめに切って、鍋で水分をとる。
- ⑤豆腐けんちんと野菜を合わせ、卵黄1個分を入れ、良く混ぜる。
- ⑥サクラマスの切り身の水気を取り、片栗粉を片面にうって、⑤の具をのせて巻いていく。
- ⑦クッキングシートの上に皮が上になるように置いて、オーブン250℃で25分位焼く。  
①のしょう油と味醂を合わせたものを皮面に塗る。

# サクラマスの子 (みぞれ) 蒸し菜の花あん



## 材料 (4人分)

- |                         |        |
|-------------------------|--------|
| ・ サクラマス . . . . . 400 g | ・ しょう油 |
| ・ 大根 . . . . . 1 本      | ・ 味醂   |
| ・ 卵 . . . . . 2 個       | ・ 塩    |
| ・ 菜の花 . . . . . 3 本     | ・ 片栗粉  |
| ・ 柚子 . . . . . 少々       | ・ 出し汁  |

## つくりかた

- ①サクラマスを水洗いにして三枚におろす。分量の切り身にして、振り塩をする。20分～30分位おく。
- ②大根で長さ5cmの厚めの桂むきを2.5cm長さにして4枚作る。
- ③大根おろしを3カップ準備。
- ④マッチ棒より太めの細切りにして1カップを準備。細切りした大根を出し汁に、塩と味醂で下味をつけさっと煮る。
- ⑤①の魚を霜をしてよく水気をとる。
- ⑥③の大根おろしの水分をかるくしぼる。④の細切り大根の水気を取り荒目切り。③と④を合わせて、卵白と片栗粉(大さじ1)を入れ合わせる。
- ⑦②の桂むき大根でセルクル型を作り、セルクルの内側に切り身を入れ、つまようじで留める。
- ⑧角バットにクッキングシートを敷き、セルクルを並べ、その中に⑥の具を詰めて、蒸し器で10～12分位蒸す。
- ⑨菜の花あんを作る。鍋に300CCの出し汁にしょう油、味醂、塩で味をつけ、菜の花を適当に切り、入れて、火が通ったら片栗粉でとろみをつける。卵黄は別にゆでる。
- ⑩出来上がった羹蒸しに⑨の菜の花あんをかける。最後に柚子を添える。