

特製レシピ

秋田の魚を食べようキャンペーン
～みんなで食べよう！地魚応援フェア～

旬の魚「メバル」



メバルとウドのカルパッチョ風



【材料（3～4人分）】

メバル ……………150g
うどん ……………50g
酢 ……………適量

【ドレッシング】

カゴメアンナマンマトマト&ガーリック
……………1/3瓶

オリーブ油 …………… 大さじ1
レモン汁 …………… 小さじ2強
塩 ……………ひとつまみ

【仕上げ】

イタリアンパセリ …………… 適量
オリーブ油 …………… 適量

【作り方】

- (1) メバルは薄切りにする。うどんは厚めに皮をむき、太めの千切りにし、酢水にさらし、水気を切る。
- (2) ドレッシングは材料をよく混ぜ合わせておく。
- (3) 皿に(1)を盛り付け、(2)をかける。適当な大きさにちぎったパセリを散らし、オリーブ油をふりかけたら出来上がり。

レシピ提供



秋田の魚などに関するアンケートに御協力ください！

右のQRコードを読み取り →→→

「秋田県電子申請・届出サービス」
のページ内から回答をお願いします。



秋田県 