

～ワカシ（ブリの幼魚）加工品レシピ～

【大分県郷土料理】

《ワカシのりゅうきゅう》



◆材料◆（2人分）



- ◇ ワカシサク・・・1尾分約 350g
- ◇ しょうゆ・・・大さじ4
- ◇ 酒・・・大さじ3
- ◇ みりん・・・大さじ3
- ◇ すりおろししょうが・・・1片分
- ◇ すりごま・・・大さじ2
- ◇ 小ネギ・・・少々

※大分県ではその他にお好みで大葉、かぼす、お酢などを入れる場合も。
またその他のお魚でも応用できます。

◆作り方◆

1 ワカシを3枚おろしにして、皮を引き、サク状にする。



2 ワカシをさっと水洗いし、ペーパー等で水気を良く切る。



3 ワカシに振り塩し、ラップをかけて冷蔵庫で5分間置く。



4 表面の塩を水で洗い流し、再度水気を良く切る。



5 一口状の刺身に切る。



6 ボウルやジップロックに☆の調味料を入れ混ぜ合わせる。



7 6のタレにワカシを漬け込み、30分～数時間冷蔵庫で寝かせる。



8 6～7をジップロックで作ると混ぜやすくなり、洗い物も少なく済みます。



9 味が濃い場合は余分なタレを切る。小ネギや余ったしょうがを盛り付けて完成。炊きたてご飯に乗せていただきます。

10 余ったりゅうきゅうはお茶やだし汁をかけて「お茶漬け」にしても美味しいです。