

鮭（よう）のじんぎりレシピ



*購入いただいているじんぎりは、通常2~3cm幅にカットして販売しておりますので、そのまま、必要に応じて塩抜きしてご利用ください。

① じんぎり鍋（7-8人分）



材料：じんぎり（2cm ほどの切り身）14~15 切れ、白菜、大根、きのこ、ネギ、糸こんにゃく、豆腐、春菊、京菜ほか貝類などお好みで適宜準備ください。

調味料：日本酒 200cc、みりん 50cc、だしの素大さじ 1 味醤油 200cc、塩少々（みそ味の場合はみそ）

作り方

- 1：水 1800cc ほどを煮立て、じんぎりを入れてスープを作る。（頭がある時は頭もいれる）
- 2：じんぎりの塩分が出ているので、味を見ながら、調味料で味を整える。
- 3：最後に白菜など他の材料を加える。
- 4：みそ味の場合は、最後にみそを入れて仕上げても美味しく食べられる。

② じんぎりのマリネ（2人分）



材料：塩抜きした鮭のじんぎり、玉ねぎ（一個）、レモン（少々）

マリネ液（酢 大さじ3、砂糖 大さじ半分、醤油 小さじ1、唐辛子）かたくり粉

作り方

- 1：じんぎりを薄くスライスして、一晚水にさらして、塩抜きする。
- 2：じんぎりのスライスにみりと酒で下味をつける（分量外）
- 3：じんぎりのスライスに片栗粉をまぶし、きつね色になるまで揚げる。
- 4：マリネ液の材料を混ぜ、スライスした玉ねぎ、レモンとともに、唐揚げのじんぎりをいれて30分ほど漬け込む

③ 焼きじんぎり

じんぎりを2cm 幅ぐらいの切り身にして、きつね色になるまで焼き、大根おろしを添えておたください。（お好みにより塩出ししてください）

④ お茶漬け・おにぎり

じんぎりを2cm 幅ぐらいの切り身にして、きつね色になるまで焼き。熱いうちに身をほぐし、ご飯の上に乗せてお茶漬けにしてください。中にいれるか、ほぐした身をご飯に混ぜて、おにぎりにしてください。

鮭のいぶし

そのまま食べられます
少し炙ると香ばしい
風味が楽しめます。
（焼いてから長時間
置くと固くなります）

