

## 狭腰南蛮漬け

### ●材料● 4人分

さごし ……………100g

### 南蛮酢

酢 ……………50ml  
だし汁 ……………300ml  
砂糖 ……………大さじ1  
味醂 ……………30ml  
薄口醤油 ……………20ml  
濃口醤油 ……………10ml  
小玉葱 ……………2個  
土生姜 ……………5g  
たかの爪 ……………1本

(分量外)

塩、小麦粉、揚げ油

### ●作り方●

- 1、小玉葱は5mm厚さの輪切りにする。フライパンにサラダ油少量を熱し、小玉葱を入れてしんなりするまで炒める。
- 2、土生姜は細く切る。たかの爪はへたを切り取り、種を除く。
- 3、鍋にだし汁、砂糖、味醂、薄口醤油、濃口醤油を合わせて火にかけ、沸騰すれば酢を入れて火をとめ、ボウルに移す。熱いうちに1から2を加え、自然に冷ます。
- 4、おろしたさごしは薄塩を約10分あてる。水でさっと洗い、一口大に切る。
- 5、小麦粉を薄くまぶし、約170℃に熱した揚げ油で揚げる。
- 6、さわらが熱いうちに南蛮酢に漬け、約2時間おく。
- 7、南蛮酢の汁気をきり、器に盛る。天に輪切りにしたたかの爪をのせる。