



## 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。たかの爪はへたを取り取り、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°C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。