

たい おだまきむ
鯛めん小田巻蒸し

姫島に伝わるお祝いの一品をアレンジ。
素麺と茶碗蒸しを合わせた新感覚の
レシピです。



材 料
(4人分)

鯛(皮付き) ……	120 g
素麺 ……	40 g
かつおだし ……	550cc
卵 ……	4個
薄口醤油 ……	大さじ4
塩 ……	小さじ1

絹さや ……	8本
すりおろし生姜 ……	少々

Recipe レシピ



1. Aを合わせ、ザルでこす。

★Point! 卵白の固まりがなくなるまで、しっかり溶きほぐす

2. 鯛を刺身のように4つに切り、沸騰したお湯にくぐらせ、氷水で冷やす。

★Point! 鯛は皮付きの方が出来上がりの色合いが良い

★Point! 生臭さを取るためお湯にくぐらせる

3. 素麺を茹で、氷水で締める。絹さやをボイルする。

4. 器に素麺、鯛、絹さや、Aの順に入れ、ラップをして約10分蒸す。

5. 鯛の上に生姜を乗せる。