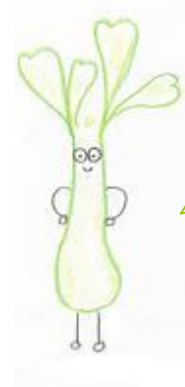


スモークサーモンのマリネ

<材料 & 下ごしらえ>

○ 主材料 ○ (つくりやすい分量です)

- ★ スモークサーモン 1パック
- ★ セロリ 1本 (小さめサイズ)
- ★ 煎りゴマ 適量
- ★ レモン汁 大さじ1
- ★ オリーブオイル 大さじ1.5~2 (エキストラバージン)



こっそり登場！
オードリー先生の
ダーリン ♥
オーダリンさん

○ 下ごしらえ ○

- ☆ セロリは 薄切りにして、塩をして 揉む。
しばらく置いておくと、水が出ることがあるので、器を傾けて水を切る。
- ☆ レモン汁とオリーブオイルを混ぜ合わせ、マリネ液をつくっておく。

<つくり方>

- ① 薄切りにしたセロリを ボールに入れて、マリネ液をかけ、混ぜる。
- ② セロリに マリネ液の味がなじんだところでスモークサーモンを入れ、混ぜる。

オードリー先生の
ワンポイントアドバイス

スモークサーモンは 脂っこいので、レモン汁を使うことでさっぱりしますよ。ポッカレモンなどの市販品でも OKです！
スモークサーモンは、あまり長く酸味につけすぎると身が硬く締まっていってしまいます。
マリネ液には、最後にさっと和えるだけにしましょう。



- ③ 煎りゴマをふって、混ぜる。