

築地 発

今日の魚河岸

5月19日(土)



旬旬旬

私の一押しあじの磯巻き
作ってみませんかと 阿部さん



今が旬の真あじを使って磯巻きはいかが。
海苔で巻くのを気取って「磯巻き」。
作り方はいたって簡単。
いきのいいあじを手に入れる。
美味しいがいを用意する。ここらがポイント。



あじの磯巻き



小骨を取ったあじを
酢洗い 約5分



海苔に寿司飯の代わりに
メあじを平らに並べる



下の薬味をのせる



海苔巻と同様に巻いて後は切るだけ。簡単で旨い!



細ねぎ

青じそ

がい

わさび